5

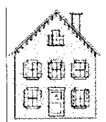
زواج يدوم

خمسة أساسيات لاستمرار دفء العلاقات

د. چيمس دوبسون

مطبوعات إيجلز





زواج يدوم

خمسة أساسيات لاستمرار دفء العلاقة

د. چيمس دوبسون



Five Essentials for Lifelong Intimacy
published by Multnomah Publishers, Inc.

International Standard Book Number: 1- 59052- 377- 6

زواج يدوم

خمسة أساسيات لاستمرار دفء العلاقة

© الناشر: مطبوعات إيجلز
ص. ب ٨٢١٦ مدينة نصر
١١٣٧١ القاهرة - مصر

طبعة أولى ٢٠١٤
رقم الإيداع: ٢٠١٣/٢٤٥٠٧
الترقيم الدولي: 978-977-387-090-4
ترجمة: د. مجدي مكرم

التحرير والمراجعة، والإعداد الفني: إيجلز جروب
طبع في مصر: آلوكس- المنطقة الحرة

المحتويات

شكر وتقدير

أود أن أشكر المحرر چيم لوند على مساندته في بحث، وجمع، وتشكيل مادة هذا الكتاب. مرة أخرى، لقد كان العمل معه أمرًا ممتعًا.

كل التقدير أيضًا لكل عضو في فريق دار نشر Multnomah على جهدهم لخروج هذا الكتاب إلى النور.



مقدمة

بدأ زواج نانيت وپول بآمال كبيرة.. كلاهما كانا يحبان التنزه والخروجات، خاصة ركوب الخيل، كما كانا يحبان السفر والرحلات. كان بول سمسار عقارات ناجحًا: فاستطاعا شراء بيت جميل يطل على بحيرة. وكانا كلاهما يرغبان في إنجاب أطفال. أما أفضل شيء في كل ذلك فهو أنهما كانا يجدان لذة كبيرة في كل دقيقة يقضيانها معًا.. فقد كانا رفيقين، غارقين في الحب. وبدت كل الأمور على ما يرام.

لكن مع مرور السنين، بدأ كل شيء يبدو على حقيقته.. فبالرغم من أن پول ونانيت كانا سعيدين بإنجاب طفلتين جميلتين، إلا أن متطلبات التربية سببت ضغطاً غير متوقع على علاقتهما معًا. ثم بدأ عمل پول في الفشل، ووجد نفسه يقضي ساعات وساعات في مكتبه. ولكي تساعد نانيت في سداد أقساط البيت والقارب الجديد، بالإضافة إلى التكاليف المتزايدة لتربية الطفلتين، التحقت

بوظيفة كمساعد لطبيب أسنان.. وأصبحت هي وپول يلتقيان مرات أقل فأقل.. وعندما يلتقيان كانا يتشاجران كثيرًا.

كانت ليلة ممطرة في شهر نوفمبر، وأثناء معركة ساخنة، تأكدت نانيت من أسوأ المخاوف التي كانت تفزعها: كان پول يلتقي بامرأة أخرى. تذكرت نانيت والدموع تجري على خديها ذلك التقارب الذي كان بينهما هي وپول؛ وتساءلت كيف وصل زواجهما إلى هذا الحد؟؟ كيف تمزقت تلك العلاقة التي كانت يومًا قصيدة شعر جميلة؟ وفي غضون عام واحد انتهى الأمر بالطلاق.

قصة بول ونانيت هي قصة شائعة هذه الأيام.. فمن بين كل عشر زيجات في أمريكا اليوم ينتهي الأمر في خمس منها بصراع مرير وطلاق! إنها مأساة، لكن هل فكرت يومًا فيما يحدث مع الخمسة الآخرين؟ تُرى هل يُبحرون في سعادة في بحر هادئ وقت الغروب؟ الأمر صعب.

طبقًا للسيكولوچي الإكلينيكي «نيل وارين» فإنه في جميع هذه الزيجات الخمس "الناجحة" يظل الزوجان معًا طول الحياة، لكن بدرجات متفاوتة من عدم التوافق.. في برنامج إذاعي لمؤسسة «Focus on the Family» بأمريكا اقتبس د. وارين جزءًا من بحث للدكتور. چون كيوبر، كانت نتائجه قد نُشرت في كتاب بعنوان: «الأمريكيون ذوو الشأن *(The Significant Americans)*». وجد كيوبر أن هناك بعض الزيجات تدوم فقط من أجل صالح الأطفال، بينما تمر السنون على البعض الآخر وهم في حالة من حالات اللامبالاة. وللعجب، فإن زيجة واحدة أو اثنتين من بين عشر زيجات هي التي تحقق ما يسمى «الألفة» في الزواج.

بكلمة «الألفة» كان د. كيوبر يشير إلى ذلك الرابط الخفي من

الصداقة والتفاهم والالتزام الذي قد يفوق الوصف. وهذا يحدث عندما يبدأ رجلٌ وامرأةٌ –وهما شخصان منفصلان ومختلفان– في الاتحاد معًا ليصيرا وحدة واحدة، أو كما قال الكتاب المقدس «جسدًا واحدًا». لديَّ قناعة راسخة بأن روح الإنسان تكون في حاجة ماسة إلى ذلك الحب غير المشروط، وبأن النساء –بالأخص– يختبرن شيئًا يشبه "الجوع الروحي" عندما لا يتحقق لهن ذلك. كما أنني موقِن بأن معظم الأزواج والزوجات يتوقعون التصاقًا حميمًا في الزواج، إلا أن ذلك عادة ما يكون غائبًا عن إدراكهم إلى حد ما.

بالرغم من رغبتهم الشديدة في تقارب عميق، فإن أزواجًا كثيرين في هذه الأيام يخشون «الألفة». لقد شاهدوا أصدقاء لهم، وربما والديهم، يمزقون زواجهم، وربما بعضهم البعض. والآن يخشى هؤلاء الرجال والنساء أن يكونوا عُرضة للرفض أو الهجر؛ بل وقد تساءل البعض هل الألفة الحقيقية أمر يمكن تحقيقه في عالمنا المعاصر؟

بالتأكيد إن شركاء الزواج ليسوا مجرد ضحايا سلبيين في "عرض مسرحي" لحياتهما معًا؛ فبمقدورهما أن يبنيا علاقة وثيقة، مُرضية وراسخة، تستطيع أن تثبت في وجه عواصف الحياة. لا الطلاق ولا الزواج الميت أمور حتمية.. فبعد بركة دامت لأربعين سنة من عشرتي مع رفيقة عمري شيرلي، أستطيع القول إنه ليس هناك شيء مثل أن تكون "محبوبًا" بدون قيد أو شرط، لسنوات وسنوات من خلال شخص قد تعهد بأن يكون بجوارك في السراء والضراء.. في الصحة والمرض.. في الغنى والفقر.. تاركًا الجميع من أجلك– حتى يفصلكما الموت. علاقة «الروح – بالروح» تحت

مظلة الزواج هي خطة تعكس حكمة ومحبة الخالق نفسه؛ وهي تمنح أعظم مشاعر الرضا التي يمكن أن يختبرها البشر.

هناك الكثير من الأدوات التي يمكنها أن تساعدك على الارتباط بحب مع شريك حياتك.. لكن هناك خمسة مكونات -على الأقل- للتمتع بعلاقة وثيقة طوال العمر. وبينما نقوم باستكشافها معًا، بما في ذلك بعض الأفكار في نهاية كل فصل، أصلي أن تمنحك إلهامًا جديدًا حتى تستطيع أن تجدد وتعمق الألفة والحميمية في زواجك.

الأساس رقم ١

بيت مركزه المسيح

«فإنه لا يستطيع أحدٌ أنْ يَضع أساسًا آخر غير الذي وُضِع، الذي هو يسوع المسيح.»
(١كورنثوس ٣: ١١)

منذ بضع سنوات، في محاولة منا للتعرف على خبرات هؤلاء الذين عاشوا معًا في انسجام كزوجات وأزواج، طلبنا من بعض المتزوجين المشاركة في دراسة غير رسمية. وافق أكثر من ستمائة شخص على التحدث بصراحة عن الطرق والمفاهيم التي حالفها النجاح في بيوتهم لثلاثين أو أربعين، أو حتى إلى خمسين عامًا. كتب كل منهم تعليقات وتوصيات، ثم قمنا بتحليلها والمقارنة بينها بعناية. لم يكن ما قدموه من نصيحة شيئًا جديدًا، لكنه بالتأكيد يمثل مكانًا عظيمًا لنبدأ منه. عندما نحاول أن نتعلم شيئًا معينًا، علينا أن نبدأ بالأمور الأساسية فيه، أي الخطوات المبدئية التي تنبع منها جميع الخطوات التالية.

ترى ما هو المفتاح الوحيد الأكثر أهمية للتمتع بزواج ناجح،

بحسب آراء نخبة من أكثر خبرائنا حنكة؟ ما هو الأمر «الوحيد» الذي يضمن الألفة والحب طوال العمر؟

الإجابة هي أن تؤسس وتحافظ على «بيت مركزه المسيح».

عندما يرتبط زوج وزوجته بإخلاص بالرب يسوع، فسوف يتمتعان بامتيازات ضخمة عن أسرة لا تتمتع بذلك البعد الروحي. كل شيء في الحياة يستقر فوق هذا الأساس.. فقط من خلال الصلة الروحية بشخص إلهنا يمكننا أن نختبر الحب الحقيقي، ونبدأ في تفعيل كل الإمكانات الكامنة في تلك العلاقة التي تسمى الزواج.

ذات مرة جاءني الخطاب التالي:

عزيزي د. دوبسون،

تركني زوجي مؤخرًا بعد خمس عشرة سنة من الزواج. لقد كانت لنا علاقة قوية جسديًا، وعاطفيًا وعقليًا. لكن كان هناك شيء مفقود.. فلم يكن بيننا ارتباط روحي.

أرجوك أن تُخبر الأزواج والزوجات الشبان أن هناك فراغًا في حياة كل منهم لا يملأه سوى المسيح. الزواج الجيد لابد وأن يكون أساسه المسيح حتى يستطيعوا أن يختبروا الحب والسلام والفرح المستمر.

منذ أن غادر زوجي بدأت محاولة إعادة بناء علاقتي مع الله، وأنا الآن في نمو مطرد في مسيري مع الرب.. لكنني وحيدة.

هناك حق عظيم في هذا الخطاب الحزين.. وهو أن الرب،

رغم كل شيء، قد خلق الزواج ليكون أعظم عطاياه وأكثرها بقاءً بالنسبة للإنسان.

أظهر الله هذه الخطة العظيمة لآدم وحواء في جنة عدن، ثم وضع لها وصفًا مختصرًا في تكوين ٢: ٢٤ حيث نقرأ:

«لذلك يترك الرجل أباه وأمه ويلتصق بامرأته ويكونان جسدًا واحدًا.» بهذه العشرة كلمات أعلن الله تأسيس العائلة. مرت خمسة آلاف سنة من التاريخ المدون، إلا أن جميع حضارات العالم كانت ولا تزال تُبنى على هذا الأمر. من الحماقة أن تتوقع زواجًا مليئًا بالحب والألفة دون أن يكون مؤسسًا على شخص الرب يسوع.

من الحماقة أن تتوقع زواجًا مليئًا بالحب والألفة دون أن يكون مؤسسًا على شخص الرب يسوع.

بالمقارنة، الزوجان اللذان يعتمدان على كلمة الله ليجدوا حلولاً لضغوط الحياة يتمتعان بامتياز أكبر من هؤلاء الذين لا إيمان لهم! فالكتاب المقدس الذي يحبونه هو أروع كتاب في العالم.. قام بكتابته تسعة وثلاثون كاتبًا، في ثلاث لغات مختلفة، في مدة من الزمان تمتد عبر حوالي ألف وخمسمائة سنة.. ياله من عمل معجزي ما كتبه هؤلاء الأشخاص بوحي من الروح القدس! إذا حدث أن شهد شخصان أو ثلاثة في وقتنا الحاضر على واقعة

سرقة بنك، فربما يعطون تقارير متضاربة عن الحادثة!! فالفهم البشري، ببساطة، محدود وخاطئ.

أما هؤلاء التسعة والثلاثون مشاركًا في الكتاب المقدس، والذين حتى لم يرَ معظمهم بعضهم البعض، فقد قاموا بكتابة ستة وستين كتابًا منفصلاً.. ترتبط معًا في سياق متكامل، وفي انسجام تام! فالعهد القديم بأكمله يكتب تقريرًا واحدًا: "يسوع آتٍ"، العهد الجديد يعلن: "يسوع هنا!"

بقراءتنا لهذه النصوص المقدسة تنفتح نافذة تكشف لنا فكر الله.. فياله من مصدر معصوم من الخطأ! الخالق، الذي بدأ الخليقة من العدم، وصنع -بإبداع- جبالاً بديعة الجمال، وجداول مياه، وسحبًا، وأطفالاً مبهجين.. اختار أن يعلن لنا التفاصيل الداخلية لقصة العائلة.. إنه يخبرنا في كلمته كيف نعيش معًا في سلام وانسجام. فكل شيء.. بدءًا من التعامل مع المال إلى المعاشرة الزوجية، مذكور في الكلمة المقدسة، وكل نصيحة تحمل تصديقًا شخصيًا من ملك الكون. فلماذا يُهمل أي شخص ذلك الحق المعلن؟

إن الأسلوب المسيحي للحياة يمنح ثباتًا للزواج؛ لأن مبادئه وقيمه تصنع انسجامًا وتناغمًا بشكل تلقائي. وعندما تتحول التعاليم المسيحية إلى أفعال فإنها تؤكد على العطاء للآخرين، وضبط النفس، والطاعة لوصايا الله، والالتزام بالقوانين الوضعية، والحب والإخلاص بين الزوج والزوجة. عندما نعيش هذه المبادئ كما ينبغي، يصبح الزواج درعًا واقيًا ضد إدمان الكحوليات، والميديا الإباحية، والمقامرة، والفكر المادي، وسلوكيات أخرى تهدد العلاقة الزوجية. فهل من العجب أن تكون العلاقة التي مركزها المسيح هي أفضل أرضية يمكن أن يقف عليها الزواج؟

كتب ألكساندر سولتزينتين، المنشق السوفيتي الشهير، ذات مرة: "إذا طُلب مني تحديد المرض الأساسي للقرن العشرين بأكمله، فلن أستطيع أن أجد شيئًا أدق وأبلغ من القول مرة أخرى: لقد نسي البشر الله."

لا تدع ذلك يحدث في بيتك.

الصلاة المثابرة

إذا كان التسليم للمسيح هو الأساس الذي يُبنى عليه الزواج الناجح، فإن الصلاة اليومية معًا تمثل وضع حجر فوق حجر باستمرار لاستكمال بناء يكون ملجأ آمنًا لألفة أصيلة.

كان ذلك بالتأكيد حقيقيًا بالنسبة لوالديَّ.. كان چيمس دوبسون الأب راعيًا ومبشرًا معظم سني حياته، ولطالما قضى الساعات الطوال راكعًا على ركبتيه، يتحدث مع الرب مصليًا من أجل خدمته ومن أجل هؤلاء الذين كان يحبهم. كان معروفًا في مدينة تكساس الصغيرة، حيث قضيت سنوات ما قبل المدرسة، بـ "الرجل الذي لم يكن يغطي جلد الحذاء أصابع قدميه".. إذ كان يقضي وقتًا كثيرًا جدًا على ركبتيه، حتى إن مقدمة حذائه كانت تبلى قبل الكعبين!

لكن والدي لم يكن يصلي على انفراد فقط! فقد كانت أمي، زوجته المحبوبة، التي كان يسميها ميرت، تنضم إليه بصفة منتظمة لكي تصلي معه وقت الشدة، وأثناء فترات الحياة المعتادة، ولطلب المساعدة والإرشاد للتعامل مع ابن مشاغب يدعى چيم. لابد أن

أوقات صلاتهما معًا قد تركت فيَّ آثارًا عميقة منذ نعومة أظافري.. فقد أخبروني أنني عندما كان عمري عامًا واحدًا كنت أحاول أن أصلي معهم. بالطبع، لم أكن قد تعلمت الكلام بعد، لكني كنت أُقلد الأصوات التي كانوا يصدرونها وهم يصلون إلى الله.

ليس لديَّ أي شك أن حب والديَّ الثابت للرب يسوع المسيح، الذي كان يتجدد كل يوم عن طريق حديثهما معه، كان بدوره يثبت محبتهما واحترامهما العميق نحو بعضهما البعض.. كانت حياة الصلاة هي المادة اللاصقة التي حافظت على اتحاد دام لثلاثة وأربعين عامًا، كانت نهايتها عندما غادر والدي هذه الأرض في عام ١٩٧٧.

لقد حاولت اتباع هذا المثال في بيتي.. ولقد كانت الأوقات -التي لا تحصى- التي فيها سجدنا، شيرلي وأنا، أمام الرب مُقدمين كلمات الشكر له، طالبين معونته، ومُعبرين عن محبتنا له، سببًا في تقوية علاقتنا نحن الاثنين أيضًا، وبطرق أعظم من أن تُقاس.. كانت الصلاة هي العامل المُثبت لحياتنا معًا.

بالطبع، بعض الناس يستخدمون الصلاة كما لو كانوا يُتابعون الأبراج، في محاولة منهم لاستقطاب "قوة خفية عليا". اعترف لي أحد الأصدقاء أنه يتلو صلاة كل صباح في طريقه إلى العمل عند مروره أمام أحد محال حلوى الدونتس. إنه يعرف أن تناول المخبوزات المليئة بالدهون ضار بالصحة، لكنه يحبها جدًا، لذلك يطلب من الله أن يصرح له بالدخول إلى المحل كل صباح للحصول على الدونتس.. كان يقول "إذا كانت مشيئتك أن أحصل على قطعة من الدونتس هذا الصباح، فلتهيئ لي مكان انتظار لسيارتي بينما أدور حول المكان." وإذا لم يجد مكانًا لسيارته، كان يدور دورة أخرى، ويصلي مرة ثانية.

أما شيرلي وأنا فقد أخذنا موضوع الصلاة مأخذًا أكثر جدية.. في الأوقات الحلوة، في الأوقات الصعبة، في لحظات الانفعال، وفي فترات التسبيح كنا نشترك معًا في هذا الامتياز الرائع أن نشترك معًا في الحديث مباشرة إلى أبينا السماوي. يا له من أمر رائع! نحن لا نحتاج إلى موعد مسبق كي ندخل إلى محضره، لسنا في حاجة لأن نجتاز إليه من خلال أتباعه أو أن نرشو سكرتيره الخاص.. إنه ببساطة، "متاح"، في أي وقت نأتي فيه معًا لنجثو أمامه! بعض أهم الأمور في حياتي حدثت أثناء هذه الجلسات الهادئة مع الرب.

أرجو ألا يُساء فهمي.. الصلاة سواء كنت بمفردك، مع صديق، أثناء درس الكتاب، أو في الكنيسة هي أمر بالغ الأهمية، ويحظى بتقدير الآب السماوي.. لكن هناك شيء خاص في مسألة الصلاة بين الله والزوج والزوجة لا يكون موجودًا في أي مكان آخر. إنها تخلق صلة روحية، وتحملاً للمسؤولية، ورباطاً مقدسًا يقوي العلاقة ويجعلها أكثر ثباتًا، بل وتسمح لك حتى بالإفصاح عن أمور شديدة الحساسية لا يتسنى لها أن تظهر بطريقة أخرى -أمور يمكن مناقشتها والصلاة من أجلها في روح الاتضاع والنقاوة.

هناك شيء خاص في مسألة الصلاة بين الله والزوج والزوجة لا يكون موجودًا في أي مكان آخر.

صلاة من هذا النوع يمكنها أن تعيد الحياة إلى زواجك. في عام ١٩٨٣، وبعد سنوات من مشاعر الضيق، وإحساس غامض بعدم الارتياح في الأمور الروحية، سكب الفنان والمرنم المسيحي «ستيڤ جرين» قلبه أمام الرب في الصلاة، واختبر تجديدًا روحيًا. وبعد أسابيع قليلة فعلت زوجته «ماريچيان» نفس الشيء. ولأول مرة في زواجهما، بدأت عائلة جرين في التحدث إلى الله "معًا" بصفة منتظمة.

"كنت أعتقد فيما قبل أن زواجنا كان جيدًا.. لأننا لم نكن نتشاجر، وكنا متوافقين، كما أننا كنا نستمتع بالتواجد معًا. لكن، بعد هذه الخبرة الروحية، صرنا فجأة نتواصل بعمق، وأصبحت هناك رابطة من روح الله تربطنا معًا. وأصبحت علاقتنا روحية، كما ازدهرت بشكل ملحوظ".

بالنسبة لعائلة جرين، كانت حياة الصلاة المثابرة هي مفتاح كل هذه البركات.

علاقة الألفة مع المسيح

عندما تعاهدنا، شيرلي وأنا، أن يهب كل منا حياته للآخر في تلك الليلة الدافئة من شهر أغسطس في باسادينا منذ سنوات طويلة مضت، كانت هناك صلاة وصفت كل شيء كنا نرجو أن نحققه في زواجنا. قاد أبي، وخالي القس ديڤيد شاري مراسم الزفاف تلك الليلة، وكان أبي هو من رفع تلك الكلمات القوية إلى السماء:

"أيها الإله الأزلي.. نحن نأتي أمامك بابننا چيمي وبنتنا شيرلي. لقد كانا ملكًا لك، لكنك في محبتك أعرتهما لنا حتى نعتني بهما ونحبهما، ونرعاهما لفترة من الزمان، بدت وكأنها أيام قليلة بسبب ما نكنه لهما من حب. كانا باكورة عطايا يدك في بداية أيامهما، في نقاء واستقامة عاشا كشخصين مستقلين. والليلة نعيدهما إلى جلالك -ليس كاثنين فيما بعد- ولكن كجسد واحد. نصلي ألا يكسر هذه الرابطة أي شيء إلا الموت، وحتى هذه اللحظة لترافقهما نعمتك العجيبة لتتمم عملها فيهما.

صلاتنا القلبية لأجلهما، لا أن يملك الله على جزء من حياتهما، بل أن يملك على كل ما في حياتهما؛ لا أن يمتلكا الإيمان بل أن يمتلكهما الإيمان؛ وفي عالم مادي لا يعيشان من أجل الأمور الأرضية والزمنية وحدها، بل أن يمتلكا القدرة على التمسك بكل ما هو روحي وأبدي.

لتكن حياتهما كالشمس.. تشرق في قوة، وتمتد وتسطع أكثر فأكثر حتى اكتمال النهار. ولتكن نهاية حياتهما كالشمس في مغيبها.. تغوص في بحر من الأمجاد، فقط لتشرق إلى الأبد في سماء عالم أفضل من هذا العالم.

في اسم الآب والابن والروح القدس.. آمين

أليس هذا وصفًا رائعًا للغرض من الزواج؟ رجل وامرأة

يرتبطان معًا ليصبحا «جسدًا واحدًا» في اتحاد أبدي بواسطة نعمة الله، في اجتهاد مقدس لينالا أفضل عطاياه.. حياة تشرق كالشمس، مبنية على محبة الرب وعلى الإيمان الحقيقي، وعلى الوعد الأبدي.

إذا كنت أنت وشريك حياتك تريدان أن تختبرا أفضل ما أعطاه الله بالنسبة لزواجكما.. ألا وهو علاقة تتميز بالحب والألفة الحقيقية، فعليك أن تواجه الحق الخاص بالوقوف أمامه. فطبقًا للكتاب المقدس، نحن جميعًا وُلدنا بطبيعة خاطئة (رومية ٣: ٢٣)، ومشكلة الخطية هذه تمنعنا من العيش في طرق الله سواء كنا نعيش بمفردنا أو في رباط الزوجية. وفي الحقيقة، الخطايا العالقة سوف تسد الطريق حتى أمام أقوى جهودك لإنجاح الزواج؛ لأن النتيجة الحتمية للخطية هي العبودية لأسوأ ما فينا من دوافع، وفي النهاية الموت (رومية ٦: ٢٣).

لكن هناك بديل رائع! لقد دفع الرب يسوع ثمن خطاياك بموته على الصليب، ومن خلال قيامته المعجزية أنقذك من الدمار الأبدي. لذلك يمكنك بالإيمان أن تنال هبة الحياة الجديدة مجانًا.. هكذا أعلن لنا الرب يسوع هذه الأخبار السارة: «لأنه هكذا أحب الله العالم حتى بذل ابنه الوحيد، لكي لا يهلك كل من يؤمن به، بل تكون له الحياة الأبدية.» (يوحنا ٣: ١٦).

الأمر بهذه البساطة: إذا اخترت أن تتوب عن خطيتك، وأن تنال عطية الخلاص بالإيمان بيسوع المسيح، فسوف يغفر خطاياك ويمنحك هبة الحياة الأبدية.. التي تبدأ هنا على الأرض في علاقة حية يومية مع إلهك، وجهاد مستمر ضد الخطية، وتتوج بلقائه في السماء في أبدية لا تنتهي.

يسوع يحبك ويتوق لأن يكون صديقًا لك.. عندما تحني ركبتيك أمام المسيح وتقضي الوقت معه في الصلاة، فإنك تقترب منه وتجعل فرحًا في السماء. وإذا لم تكن لك هذه العلاقة بيسوع، فأنا أدعوك لأن تردد الصلاة التالية اليوم.. فالألفة في الزواج تبدأ بالألفة مع الرب يسوع؛ لأن كل إنسان يدعو الرب يسوع إلى قلبه/ قلبها، تكون هذه لحظة البداية لحياة حقيقية..

يارب، أنا خاطئ أحتاج إليك.
لا أستطيع بنفسي أن أعيش بطريقة
صحيحة، أو أنال الحياة الأبدية. أنا
أؤمن أن يسوع المسيح ابنك الوحيد،
وأنك أرسلته لكي يموت بدلاً مني حتى
يحررني من الخطية.
أشكرك يارب..
آمين.

تأسيس
بيت مركزه المسيح

- هل اخترت أنت وشريك حياتك أن تقبل عطية الله للخلاص؟ إذا لم تكن قد فعلت، فما الذي يمنعك من أن تصنع هذا الاختيار؟ وكيف تستطيع أن تتغلب على ذلك المانع؟

- متى كانت آخر مرة اشتركت فيها مع شريك حياتك في صلاة مخلصة؟ إذا لم تكن تفعل ذلك حاليًا، ضع خطة لصلاتكما معًا كل يوم لمدة أسبوعين قادمين. تحدثا معًا عن أي تغيرات تريانها في علاقتكما مع الرب ومع بعضكما البعض.

- اكتب أنت وشريك حياتك وسائل يشجع بها أحدكما الآخر على قضاء وقت أطول في دراسة كلمة الله، ثم ناقشا الأمر معًا.

الأساس رقم ٢

التزام مدى الحياة

«إذًا ليسا بعد اثنين بل جسد واحد.
فالذي جمعه الله لا يفرِّقه إنسان.»
(متى ١٩: ٦)

دعونا نرجع إلى مجموعتنا من خبراء الزواج الستمائة.. إذا كانت أول توصية لهم للنجاح في الزواج هي «بيت مركزه المسيح»، فماذا كانت التالية في قائمتهم؟

مرة أخرى مبدأ الرجوع للأساسيات.. بالتحديد: الحب المقرون بالالتزام. هؤلاء الأزواج عاشوا لفترات طويلة تكفي لمعرفة أن ضعف الالتزام في الزواج عادة ما يقود إلى الطلاق. كتب أحد المشاركين:

الزواج ليس أسطورة من عالم الخيال.. لكنك تستطيع أن تصنع واحة من الحب وسط عالم قاسٍ بأن توجد لها مكانًا، وتظل ملتزمًا بوجودك هناك.

قال آخر:

لا يوجد ما يسمى بالكمال.. يجب عليك أن تتعامل مع السنوات الأولى من الزواج برغبة في التعلم حتى تتغلب على ضعفاتك وعجزك.. الأمر يتطلب مجهودًا متصلاً.

هذه الآراء لا تبدو رومانسية! أليس كذلك؟ لكنها تحمل حكمة المختبرين. لا يحدث توافق بين شخصين لمجرد أنهما ببساطة يحب أحدهما الآخر، وأن كليهما يعترفان بالمسيح. كثير من الشباب يفترضون أن الشمس المشرقة والورود الجميلة التي تميز فترة الخطوبة سوف تستمر طوال العمر. ألا تصدق ذلك؟ إنه من السذاجة أن تتوقع أن شخصين متفردين، لكل منهما إرادته القوية والمستقلة، سوف يندمجان معًا بسهولة وكأنهما ماكينات غير عاقلة.. حتى التروس لها أسنان وحواف خشنة لابد أن تُهذَّب قبل أن تعمل معًا في تناغم.

عملية الجلخ (السنفرة) هذه عادة ما تتم خلال السنوات الأولى للزواج.. فما يحدث عادة من ذلك الوقت هو صراع محتدم على السلطة في العلاقة. من الذي سيقود؟ ومن الذي سوف يكون تابعًا؟ من الذي سيحدد كيف يُنفق المال؟ ومن الذي سيفرض رأيه أو أسلوبه عندما يكون هناك اختلاف؟ كل شيء معرض للنزاع في البداية، والطريقة التي تُتخذ بها هذه القرارات المبكرة سوف تهيئ السبيل لما سوف يحدث في المستقبل.

إذا جاء الشريكان إلى العلاقة باستعداد للصراع

فسوف ينهار الأساس.

هنا يكمن الخطر.. قال أبراهام لينكولن، مقتبسًا عن الرب يسوع: «إن انقسم بيت على ذاته لا يقدر ذلك البيت أن يثبت» (مرقس ٣: ٢٥). إذا جاء الشريكان إلى العلاقة باستعداد للصراع فسوف ينهار الأساس. ولقد أعطى الرسول بولس المنظور الإلهي للعلاقات الإنسانية- ليس فقط في الزواج ولكن في كل جوانب الحياة.. إذ كتب يقول: «لا شيئًا بتحزب أو بُعجب، بل بتواضع، حاسبين بعضكم البعض أفضل من أنفسهم.» (فيلبي ٢: ٣).

هذه الآية وحدها تتضمن حكمة أكثر من كل الكتب التي كُتبت عن الزواج مجتمعة! وإذا انتبهنا إليها فيمكن عمليًا حذف كلمة «طلاق» من كتالوج العلاقات الإنسانية. وهذا ليس مجرد إنجاز بسيط، حيث إن أكثر من مليون زيجة في الولايات المتحدة الأمريكية تنتهي بالانفصال كل عام.[1] فإذا أردت أن يكون الأمر مختلفًا بالنسبة لزواجك، فإنني أشجعك أن تتعهد الآن بأن "تلتزم بتواجدك" أثناء سنوات الزواج الأولى، وفي منتصف العمر، وحتى تصلا إلى تلك السنوات الذهبية لحياتكما معًا.

المثابرة أثناء الألم

لا أجد نموذجًا يُحتذى لعدم الأنانية، والالتزام غير المشروط أفضل من «روبرتسون ماك كويلكين».. في كتابه «حفظ العهد» يحكي روبرتسون كيف خدم كعميد لكلية لاهوت مزدهرة في كارولينا الجنوبية لأكثر من عشرين عامًا. وقد ساندته زوجته «موريل» بطرق عديدة، بما فيها كطباخة ماهرة ومضيفة رائعة عندما كانوا يدعون إلى بيتهما ضيوف الكلية. لقد كانا فريق خدمة مؤثرًا.

بدأت صحة موربيل في التدهور، وأثبتت الفحوص الطبية مخاوف طبيبها المعالج: فقد أصيبت بمرض الألزهايمر. ومع الوقت، بدأت قدرات موربيل تخبو وازدادت مسؤولية روبرتسون لتسديد احتياجاتها الأساسية، مثل إطعامها، وتنظيفها، وتغيير ملابسها.

ومع تزايد احتياجات موربيل، واستمرار واجباته في العمل كما هي دون تغيير، واجه روبرتسون قرارًا صعبًا: "هل يودِع موربيل في مصحة؟" لقد أحب عمله، وكان يحس أن الله قد دعاه للخدمة كرئيس لكلية اللاهوت. لكنه كان يعرف أيضًا أن إعطاء الأولوية لله في حياته كان يعني أن "كل المسؤوليات التي يعطيها له هي أولوية أيضًا". منذ عقود مضت، كان روبرتسون قد تعهد أمام الرب أن يحب موربيل ويكرمها ويرعاها، وكان يعرف جيدًا أن الله كان يتوقع منه أن يحفظ ذلك الوعد. وفي النهاية، اتخذ قراره بسهولة.. قدم روبرتسون استقالته من منصبه حتى يتمكن من رعاية موربيل بطريقة أفضل. لقد جاء دوره لكي يخدم باتضاع زوجته المحبوبة.[٢]

على خلاف الكثيرين هذه الأيام، فهم روبرتسون ماك كويلكين معنى "الالتزام".. فما أن تدهورت حالة موربيل العقلية والجسدية بدون أمل في الشفاء، تخلى هو بكامل إرادته عن العمل والخدمة التي كان يستمتع بها ويعمل باجتهاد لبنائها. لقد كانت موربيل تحتاج إليه؛ فكان هناك من أجلها، بالرغم من أنه لم يكن لديها شيء ترد به الجميل.. ولا حتى كلمة «شكرًا». وهذا، بكل عظمته– ومأساويته– هو معنى الحب.

القليل من الأمور اليقينية تلمسنا جميعًا ونحن في الجسد،

لكن هناك حقيقة واحدة مطلقة -كما في حالة عائلة ماك كويلكين- وهي أننا جميعًا سوف نواجه المصاعب والضغوط. فلا أحد يعيش دون ألم.. ولسوف تختبرنا الحياة بشدة، إن لم يكن في شبابنا، فسيكون من خلال الأحداث التي ستحيط بأواخر أيامنا. تكلم يسوع عن هذه الحتمية عندما قال لتلاميذه: «في العالم سيكون لكم ضيق، ولكن ثقوا: أنا قد غلبت العالم» (يوحنا ١٦: ٣٣).

قال راعي كنيستنا هذه الكلمات بطريقة أخرى: "هناك نوعان من الناس في هذا العالم: أولئك الذين يعانون، وأولئك الذين سوف يعانون."

د. ريتشارد سيلزر طبيب جراح كتب العديد من الكتب الرائعة عن مرضاه المحبوبين، كان من بينها: «دروس إنسانية» و«خطابات إلى طبيب شاب». في أول هذه الكتابات يصف خبرة الرعب الذي يغزو حياة الإنسان إن آجلاً أو عاجلاً.. فهو يقول ونحن صغار نبدو وكأننا محصنون منه بنفس الطريقة التي تتحصن بها أجسادنا ضد البكتيريا الضارة.. فالكائنات الميكروبية الدقيقة تحيط بنا من كل جانب، إلا أن دفاعات أجسامنا تستطيع صدها بشكل فعال -على الأقل لفترة من الزمن. بنفس الطريقة، فنحن كل يوم نسير وسط عالم مليء بالرعب دون أن يصيبنا الضرر، كما لو كنا محاطين بغشاء واقٍ غير قابل للاختراق.. حتى أننا قد نغفل عن احتمال وجود المحن أثناء فترة الشباب والنضارة والصحة ولكن يأتي يوم، وبدون سابق إنذار، حين يتمزق الغشاء الواقي، ويبدأ الرعب في التسرب إلى حياتنا. حتى هذه اللحظة كنا دائمًا نعتبر هذه الأمور الخط العاثر لآخرين.. مأساة إنسان آخر، لكن الأمر لا يخصنا! تمزق الغشاء قد يكون مدمرًا، خاصة

بالنسبة لأولئك الذين لا يعرفون "الفرح الحقيقي" الذي يعطيه الرب يسوع وقت المحن.

نتيجة لعملي في إحدى كليات الطب الكبرى لأكثر من أربعة عشر عامًا، تسنى لي أن أشاهد أزواجًا وزوجات في اللحظات التي بدأ فيها الرعب يغزو الغشاء الواقي. وبوجه عام تحطمت علاقاتهم الزوجية بسبب الضغوط التي هاجمت حياتهم.

أبوان لطفل معاق ذهنيًا، على سبيل المثال، ظلا يلقيان اللوم على بعضهما البعض من أجل المأساة التي واجهتهما. وبدلاً من التعلق ببعضهما في حب وطمأنينة، أخذا يضيفان أحزانًا على أحزانهما بأن هاجم كل منهما الآخر! أنا لا أدينهم من أجل هذا الفشل الإنساني الطبيعي، لكنني أشعر بالشفقة نحوهما من أجله.. فقد كان هناك مكون أساسي غائب عن علاقتهما، والذي ظل غير معلوم لهما حتى تمزق الغشاء: كان ذلك هو الالتزام.

منذ سنوات مضت، سمعت الراحل د. فرانسيس شيفر يتحدث عن هذا الموضوع. كان يصف تلك الكباري التي أنشأها الرومان في أوروبا في القرنين الأول والثاني بعد الميلاد، ولا تزال قائمة حتى يومنا هذا.. بالرغم من أنها شُيدت دون دعامات من الطوب والأسمنت، فلماذا لم تسقط حتى الآن في عصر سيارات النقل والمعدات الثقيلة؟ السبب هو أنها لا تُستخدم إلا لمرور المشاة؛ فإذا مرت على هذه الكباري التاريخية سيارة نقل ثقيلة سوف تسقط محدثة سحابة عظيمة من التراب والحطام.

الزيجات التي تنقصها تلك العزيمة الفولاذية والإصرار على البقاء معًا تكون مثل تلك الكباري الرومانية الهشة.. إنها تبدو

آمنة، لكنها قد تبقى قائمة إلى أن تقع تحت ضغط ثقل كبير. حينها تنفصم الروابط، وتسقط الأساسات. يبدو لي أن معظم الأزواج الشبان هذه الأيام في هذا الوضع الواهن.. فعلاقاتهم تبنى باستخدام الطمي غير المدعم، الذي لا يستطيع تحمل التجارب الثقيلة التي تأتي عليه.. فالعزم على البقاء معًا ببساطة غير موجود.

ما الذي سوف تفعله إذًا عندما تحل على بيتك أزمات غير متوقعة؟ أو عندما يبدو زواجك متعثرًا ويفتقر إلى الحيوية.. هل ستغلق عليه حتى يموت؟ هل ستتذمر وتصرخ وترد الإساءة؟ أم سيبقى التزامك ثابتًا؟ يجب أن تطرح هذه الأسئلة الآن قبل أن يجد الشيطان فرصته ليلف عنقك بحبال الفشل والإحباط. جهِّز فكيك، وأحكم قبضة يديك.. فلا شيء سوى الموت يجب أن يُسمح له بالدخول بينكما. لا شيء أبدًا!

المشاعر.. لا يمكنك الوثوق فيها

الحب المقرون بالالتزام أساسي جدًا لنجاح أي زواج، وهو مطلوب ليس فقط أثناء مآسي الحياة العظمى، لكن أيضًا من أجل الإحباطات اليومية التي تعمل على تآكل العلاقة. عندما تتراكم هذه الأمور المزعجة الصغيرة مع الوقت قد تصبح أكثر تهديدًا للعلاقة حتى من الأحداث المأساوية. نعم، هناك أوقات في كل زواج ناجح يشعر فيه الزوج والزوجة بأنهما لا يحبان بعضهما كثيرًا. بل وهناك أوقات يشعران فيها وكأن أحدهما لن يحب الآخر مرة ثانية.

المشكلة تكمن في تلك الكلمة: «يشعر»!! فالشعور بالحب لا يكون ثابتًا للدرجة التي تكفي لحفظ العلاقة طويلاً.. إنه يأتي ويذهب؛ فهكذا تكون المشاعر: إنها تفرغ مثل إطار السيارة الذي اخترقه مسمار مدبب- والسير على الطارة المعدنية (الجنوط) يُعد خبرة مروعة لكل من بداخل السيارة.

الشعور بالحب لا يكون ثابتًا للدرجة التي تكفي لحفظ العلاقة طويلاً..

تذكِّرني فكرة «تقلب المشاعر» هذه بمزحة (نكتة) عن زواج أحد المحامين! فعندما جاء وقت أخذ العهود سأله القس: "هل تتخذ هذه الفتاة التي أنت ممسك بيدها لتكون زوجة شرعية لك في السراء والضراء.. في الغنى والفقر.. في المرض والصحة؟"

ولدهشته سمع العريس يجيب: "نعم، لا.. نعم، لا.. لا، نعم."

في حفل زفاف آخر، هذه المرة كان حقيقيًا، تعهد العريس والعروس بأن يظلا معًا في رباط الزواج مادامًا "مستمرين في حب بعضهما البعض".. وأرجو أن يوفقا في العثور على محامي طلاق جيد؛ لأنهما سوف يحتاجان إليه بالتأكيد! فالعلاقات التي تُبنى على المشاعر هي في الأساس وقتية. والمشاعر، في الواقع، هي "شاهد زور" سوف تؤكد شهادته على أسوأ مخاوفنا دون دليل واحد.. وحتى الشباب المتميزون يمكن أن ينخدعوا بتلك المشاعر الخاطفة الخادعة.

أنا لا أنكر أهمية المشاعر في علاقاتنا الإنسانية.. في الحقيقة، هؤلاء الذي عزلوا أنفسهم عن المشاعر هم أشخاص غير أسوياء. لكن علينا أن نفهم أن المشاعر لا يمكن الاعتماد عليها، وفي بعض الأحيان تكون استبدادية.. فلا ينبغي السماح لها إطلاقًا أن تسود علينا.

هذا المبدأ عمومًا مفهوم منذ أيام الكتاب المقدس.. نقرأ في رسالة كورنثوس الثانية ١٠: ٥: «مستأسرين كل فكر إلى طاعة المسيح.» هذا واضح جدًا.. أليس كذلك؟ لنرجع إلى غلاطية ٥: ٢٢، ٢٣: «وأما ثمر الروح فهو محبة، فرح، سلام، طول أناة، لطف، صلاح، إيمان، وداعة، تعفف.» هذا ما يسميه الكتاب المقدس «ثمر الروح»، وتبدأ من خلال آخر ثمرة ذُكرت.. ممارسة التعفف، أي ضبط النفس.

إن أحد دلائل النضوج الروحي والعاطفي هو القدرة (والرغبة) على السيطرة على المشاعر المتقلبة والتحكم في السلوك باستخدام المنطق والعقل. هذا ربما يقودك إلى التمسك بشدة إذا شعرت برغبة في الهروب؛ وإلى التحكم في لسانك إذا شعرت برغبة في الصراخ؛ وإلى الحفاظ على أموالك عندما تشعر برغبة في صرفها بطريقة خاطئة؛ وإلى البقاء مخلصًا عندما تشعر برغبة في مغازلة امرأة أخرى؛ وإلى أن تضع مصلحة شريك حياتك فوق مصلحتك الشخصية.. هذه كلها أفعال ناضجة لا يمكن القيام بها عندما تسود المشاعر المتحيزة والسطحية وغير الموثوق فيها.

العواطف هامة للعلاقة بالتأكيد، ولكن يجب أن تساندها الإرادة القوية والالتزام لمدى الحياة.

ذات مرة، حاولت أن أعبِّر لزوجتي عن هذه الفكرة على بطاقة تهنئة بعيد زواجنا:

إلى زوجتي، وحبيبتي، وصغيرتي شيرلي في مناسبة عيد زواجنا الثامن..

أثق أنك لازلت تذكرين تلك المناسبات الكثيرة جدًا خلال السنوات الثماني الماضية عندما بلغت موجات المد من مشاعرنا وعواطفنا الذروة... الأوقات التي كانت فيها مشاعرنا نحو بعضنا البعض بلا حدود. هذا النوع من المشاعر لا يمكن أن يأتي بإرادتنا، لكنه عادة ما يكون مصاحبًا لأوقات خاصة من السعادة. شعرنا بها عندما حصلت على أول وظيفة عملت بها، وشعرنا بها عندما جاء أغلى طفل في العالم إلى البيت قادمًا من قسم الولادة بمستشفى هنتنجتون، وشعرنا بها عندما منحتني جامعة كاليفورنيا درجة الدكتوراة. لكن ما أغرب المشاعر! فقد شعرنا بنفس الدرجة من التقارب عندما وقعت أحداث عكس ذلك.. عندما دخلت إلى حياتنا أمور تهددها وتنذر بكارثة محتملة.. شعرنا بالتقارب عندما هددت مشكلة صحية بتأجيل خطط زواجنا، وشعرنا بها عند دخولك إلى المستشفى السنة الماضية، وشعرت بها بغزارة عندما ركعت بجوارك وأنت في غيبوبة نتيجة تعرضك لحادث سيارة مروع.

ما أحاول قوله هو: إن كلاً من السعادة والمخاطر

تأتي بذلك الشعور الغامر بالمحبة والتقدير لأحبائنا. لكن الحقيقة هي أن أغلب ما في الحياة لا تصنعه الكوارث ولا أوقات المرح.. بل ما تصنعه الأحداث اليومية الروتينية الهادئة التي نشارك فيها. وخلال هذه الأوقات أجدني أستمتع بتلك المحبة الهادئة التي تنبه انفعالاتي بطرق كثيرة.. قد لا تكون غزيرة، لكنها عميقة وصلبة. إنني أجد نفسي تمامًا في ذلك النوع من الحب في هذا العيد الثامن لزواجنا. اليوم، أنا أحس بهذه المحبة الثابتة التي تخرج من قلب مكرس، وإنني ملتزم بك وبإسعادك الآن أكثر من أي وقت آخر. أرجو أن أبقى حبيب قلبك.. وعندما تجمعنا الأحداث معًا، فسوف نستمتع بالإثارة والرومانسية. ولكن أثناء الحياة الروتينية، مثل اليوم، فإن حبي سيبقى ثابتًا لا ينقص. عيد زواج سعيد يا زوجتي الرائعة.

حبيبك چيم

"أعدك..."

يمكن أن نصف الحب بطرق متعددة، أما في الزواج فإن كلمة «أحبك» تعني في الحقيقة: "أعدك بأنني سأعيش من أجلك كل أيام حياتي." إنها وعد يقول: "سأعيش من أجلك عندما تفقد وظيفتك، صحتك، والديك، جمالك، ثقتك أو أصدقاءك".. إنه وعد يؤكد لشريك حياتك: "سوف أعمل ما يبنيك، سوف أتغاضى عن

ضعفاتك، سوف أغفر أخطاءك.. سوف أضع احتياجاتك قبل احتياجاتي، سوف ألتصق بك حتى لو صارت الحياة صعبة."

هذا النوع من اليقين سوف يحفظك ثابتًا عندما تعلو الحياة أو تهبط، وأثناء كل الظروف.. «في السراء والضراء». عندما تلتزم بتنفيذ ذلك الوعد "أحبك" فإنك تتمم وصية الرب في الكتاب المقدس: «ليكن كلامكم: نعم نعم، لا لا» (متى ٥: ٣٧).

"أحبك" تعني في الحقيقة: "أعدك بأنني سأعيش من أجلك **كل** أيام حياتي."

لقد أثبت لنا أبونا السماوي على مر العصور أنه يحفظ وعوده بما فيها «الوعد الأهم»: أنه سيُعد بيتًا أبديًا في السماء لكل محبيه. وبما أن الله يحفظ وعوده، فعلينا أن نفعل نفس الشيء. وعلى وجه الخصوص، ذلك الوعد الذي قطعناه أمام الله، وأمام أصدقائنا، وأمام عائلاتنا، وأمام الكنيسة يوم تزوجنا.

أرجو أن تسمحوا لي بأن أدخل إلى عمق أكبر، وأنا أشارككم بكلمات أخرى عبَّر بها رجلٌ عن التزامه لزوجته. فمنذ سبعين عامًا قال والدي چيمس دوبسون الأب هذه الكلمات لخطيبته (التي صارت والدتي فيما بعد) بعد أن وافقت أن تصير زوجة له:

> أريدكِ أن تفهمي وأن تكوني على إدراك تام بمشاعري فيما يتعلق بعهد الزواج الذي نحن بصدد الدخول

فيه. لقد تعلمت منذ حداثتي، بما يتفق مع كلمة الله، أن عهود الزواج منيعة، وبالدخول في تلك العهود فأنا أربط نفسي ارتباطاً مطلقًا مدى الحياة. إن فكرة الانفصال عن طريق الطلاق لأي سبب كان (رغم أن الله سمح بواحد وهو الزنا) لن يُسمح لها بأن تدخل إلى ذهني مطلقًا. أنا لا أعتبر نفسي ساذجًا وأنا أقول هذا، بل على العكس فأنا مدرك كل الإدراك لاحتمالية عدم الوفاق أو ظهور ظروف أخرى غير متوقعة تنتج عنها معاناة ذهنية شديدة. إذا صار الأمر هكذا فأنا مصمم بدوري على تقبل الأمر على أنه نتيجة الالتزام الذي ألتزم به الآن، وحتى تنتهي حياتنا معًا.

أنا أحببتك حبًا جمًا.. فأنت حبيبة قلبي، وسوف أستمر في حبي لك عندما تصبحين زوجتي. ولكن فوق ذلك.. أنا أحبك ذلك الحب المسيحي الذي يتطلب أن لا أتصرف تجاهك مطلقًا بأية طريقة قد تُعرِّض فرصة دخولنا للسماء.. فذلك هو الهدف الأسمى لكلينا. صلاتي أن يجعل الرب حُبنا لبعضنا كاملاً وأبديًا.

جيمس وميرتل دوبسون. تمتعا بزواج مليء بالحب والالتزام والشبع بدءًا من عام ١٩٣٥، حتى انتهى بوفاته عام ١٩٧٧. لم يهتز التزامهما لحظة واحدة طوال هذه السنوات. إذا استخدمت نفس الطريقة في زواجك، وبنفس العزم، فسوف تبنى أنت أيضًا زواجًا يدوم العمر كله.

إن التزام كل منكما نحو الآخر سوف يمكِّنكما من استكمال مسيرة الزواج، كما أنه سوف يضع أساس الثقة الرئيسي، الذي هو المطلب الأساسي للألفة الحقيقية في أي علاقة. وسوف نتحدث بأكثر استفاضة عن الثقة في الفصل التالي.

غرس وتنمية الحب المقرون بالالتزام

- ما هو الدور الذي تلعبه المشاعر في علاقتك مع شريك حياتك؟ تحدثا معًا عن الأمر، ثم أكدا التزامكما نحو بعضكما البعض، بغض النظر عن ماهية مشاعركما في أي وقت من الأوقات.

- تعرفا على زوجين استطاعا الحفاظ على زواجهما رغم الضغوط. واسألاهما: "ما هو السر في ذلك؟" ثم قررا إذا كانت طريقتهما تصلح للتطبيق على زواجكما.

- أعد قراءة ما قاله چيمس دوبسون الأب لخطيبته. اجتمعا معًا وجدِّدا بالكتابة التزام كل منكما نحو الآخر طوال العمر.



الأساس رقم ٣

ثقة عميقة وثابتة

«المحبة ... تصدق كل شيء.»
(١كورنثوس ١٣: ٤، ٧)

منذ بداية العلاقة، وبالتأكيد طوال الحياة الزوجية، يواجه كل منا سؤالاً حرجًا بصفة يومية: هل أثق في شريك حياتي أم لا؟ قد لا ندرك حتى وجود هذا التساؤل أمامنا، ولكن مع ذلك فالطريقة التي نجيب بها عليه لها علاقة وثيقة بدرجة التقارب والألفة التي نستطيع الوصول إليها مع شريك حياتنا. فالعلاقات التي يسودها الخوف والإحساس بعدم الأمان لن تصل أبدًا إلى كامل إمكانياتها، بينما تزدهر الزيجات التي تُبنى على الثقة والأمان.

بين الحين والآخر يشعر معظمنا ببعض القلق تجاه التزام شريك حياتنا؛ إما بسبب تهديد حقيقي للعلاقة، أو بسبب عدم ثقتنا بأنفسنا أو تخيلاتنا. وحتى كمؤمنين، نحن نعرف أنه يمكننا

أن نضع ثقة كاملة في الرب.. لكن هل نمنح ثقة مطلقة أكيدة في شريك الحياة؟ هذا أصعب بكثير! والحقيقة هي أن هذه يجب أن تُكتسب مع الوقت.. كلمة بكلمة، وفعل بفعل.

بناء الثقة بالكلمات

هل تستمتع بإغاظة زوجتك/ زوجك؟ هل تفشي أمرًا محرجًا عنه/ عنها وأنت مع أصدقائك؟

أحد مفاتيح بناء الثقة هو أن تأخذ حذرك من إيذاء أو إحراج هؤلاء الذين تحبهم. بعض المعلومات لها خصوصيتها، ويجب أن تظل هكذا.. فإذا قام أحد الزوجين بإفشاء أسرار العائلة بطريقة عشوائية أو الإفصاح عن إحباطات خفية، فإنه بذلك يكسر رباط الإخلاص ويدمر الثقة.

هل سبق أن ذهبت إلى حفلة للأصدقاء، وشاهدت أحدهم يلعب ما أسميه «اغتيال شريك الحياة»، إذا كنت تعرف ما أقصده.. الموضوع ببساطة: يقوم "المتسابق" بمعاقبة شريك حياته عن طريق التهكم عليه/ عليها أمام الأصدقاء والمعارف. وإذا أراد أن يكون شريرًا بدرجة كافية، فإنه يقوم بإقناع الضيوف بأنها/ أنه غبي أو قبيح. إنها "لعبة" وحشية لا يفوز فيها أحد؛ فالكل خاسرون.. تنتهي "اللعبة" عندما يفقد شريك الحياة كرامته واحترامه لذاته تمامًا، ويحصل المتسابق على "نقاط" إضافية إذا استطاع أن يجعله يبكي.

هل يبدو ذلك فظًا؟ نعم، إنه كذلك، حتى لو كان الأمر يبدو

وكأنه من قبيل المزاح أو الضحك. ليس من المتعة أبدًا أن ترى أحدهم يُخرج غضبه الداخلي على شريك حياته بهذه الطريقة؛ فنحن نكون حساسين للغاية لما يقوله رفيقنا في حضور أقراننا. هذه "اللعبة" لا ينبغي ممارستها إطلاقًا.

أيضًا يجب الحذر من نوع آخر من التلاعب وهو استخدام "المشاركة" بأمر ما مع شريك الحياة لخلق إحساس بعدم الأمان، واكتساب سلطة عليه أو عليها. أعرف شابًا وسيمًا يعمل رئيسًا لشركة كان يحكي لزوجته كل يوم عن الشابات العاملات في مكتبه اللاتي يغازلنه.. كانت صراحته مثيرة للإعجاب، لكن أيضًا بعدم تركيزه في كلامه على إخلاصه لزوجته كأنه كان يقول لها (سواء عن وعي أو عن غير وعي): "من الأفضل أن تحسني معاملتي؛ فهناك الكثيرات بالخارج على استعداد لأن يستولين عليّ." بدأت زوجته تقلق بشأن الطريقة التي تتمسك بها بزوجها.

كان يجب عليه أن يُظهر دوافعه الحقيقية لإنذاره لزوجته.. هل كانت هذه الطريقة في المشاركة نافعة أم مؤذية لعلاقة الصداقة والثقة مع زوجته؟ وكان بمقدورها هي أن تساعد في توجيه الحديث بأن تشير -بطريقة هادئة وبدون تهديد- كيف كانت تشعر تجاه هذه الكلمات.

بناء الثقة بالأفعال

الكلمات، وطريقة استخدامها لها أهمية كبرى، لكن الطريقة الأكثر تأكيدًا لبناء الثقة في الزواج هي من خلال أفعالك. عليك

بناء حصيلة من الخيارات والأفعال التي تبرهن لشريك حياتك بأنك دائمًا أهل للثقة.. خاصة فيما يرتبط بالعلاقات مع الجنس الآخر.

عليك بناء حصيلة من الخيارات والأفعال التي تبرهن لشريك حياتك بأنك دائمًا أهل للثقة.

من جهتي، أستطيع القول بأمانة إنني لم أفكر مطلقًا أن أخون زوجتي شيرلي. فإن مجرد التفكير في أن ذلك سوف يؤذي مشاعرها وسيجلب عليَّ غضب الله هو أكثر من كافٍ لكي أحفظ نفسي في الطريق الضيق المستقيم. بالإضافة إلى أنني لا أستطيع مطلقًا أن أدمر الخصوصية التي اشتركنا فيها معًا طوال هذه السنين.. ولكن حتى في تلك الزيجات التي تستند على هذا النوع من الإخلاص، يظل الشيطان محاولاً تقويض أسس العلاقة.

في أحد أوقات الضعف التي مررت بها نصب لي إبليس فخًا... كنا شيرلي وأنا قد تزوجنا منذ سنوات قليلة عندما دبَّ بيننا خلاف حول أمر تافه، ولم يكن الأمر ذا أهمية تُذكر، لكننا كنا منفعلين بشدة في ذلك الوقت؛ حتى إنني أخذت سيارتي ورحت أقودها لمدة ساعة حتى أستطيع أن أستعيد هدوئي. وفي طريق عودتي إلى البيت مرت بجواري سيارة بها فتاة جذابة، نظرت في اتجاهي وابتسمت. كان من الواضح أنها تغازلني.. ثم أبطأت سيارتها، ونظرت للخلف، وانعطفت في أحد الشوارع الجانبية.. ففهمت أنها كانت تدعوني أن أسير خلفها.

لم آخذ الطُّعم.. بل قدت سيارتي راجعًا في طريقي وذهبت للبيت وتصالحت مع شيرلي. لكنني فكرت فيما بعد كيف كان الشيطان ماهرًا في شره حتى أنه انتهز فرصة الخلاف البسيط الذي كان بيننا. تشير كلمة الله إلى الشيطان أنه كالأسد الزائر الذي يجول ملتمسًا من يبتلعه هو (١بط ٥: ٨). كم هو حقيقي ذلك التشبيه! لقد عرف أن أفضل فرصة له كي يدمر زواجنا كانت أثناء هذه الساعة أو الساعتين التي كنا فيها غاضبين معًا. هذه بالضبط هي استراتيجية إبليس، وهو سوف ينصب فخًا لك أنت أيضًا، وربما يأتي ذلك في وقت ضعفك.. فالثمرة الشهية الجذابة الجميلة والمحرمة سوف تُعرض عليك عندما تكون في شدة "الجوع".. إذا كنت غبيًا بما يكفي بأن تطالها، فإن أصابعك سوف تنغمس في شيء عفن يلوثها من الناحية الأخرى. هذه هي الطريقة التي تعمل بها الخطية في حياتنا.. إنها تعدك بكل شيء، ولا تعطيك أي شيء إلا وجع القلب والاشمئزاز.

قالها أحدهم بهذه الطريقة: كل ما تحتاجه لكي تنمي محصولاً من الأعشاب الضارة هو شق صغير جدًا في الممر المقابل لبيتك.

أسوارٌ حول بيتك

كيف إذًا يمكننا أن نمنع الشقوق من أن تحدث في ممرات زواجنا؟

حسنًا.. الطريقة الأكيدة لتجنب العلاقات الغرامية هي أن تهرب سريعًا حال تعرضك لإغواء التجربة.. الكاتب چيري چنكنز

أشار إلى ذلك العزم على الاحتفاظ بالنقاوة بأنه "بناء أسوار" حول الزواج، حتى لا يجد الإغواء موطئًا لقدم على الإطلاق. عليك أن تتخذ خطوات نحو حماية نفسك، وتعزيز مستوى الثقة في زواجك في نفس الوقت.

لكي تبني سورًا حول "بيتك"، ابدأ بالتحدث مع شريك حياتك عن كيفية تفاعلك مع الجنس الآخر، ثم اتفقا على خطوط إرشادية تتسم بالحساسية والتعقل. فبعض الأزواج يستبعدون الخروج للغذاء مع زميل العمل من الجنس الآخر، السفر معًا، التحدث معًا خلف باب مغلق، ركوب السيارة معًا للعمل، أو العمل في ثنائيات مختلطة في مشروع. اتفقا على ما تعتبرانه أنتما الاثنان معقولاً، ثم التزما بهذا الاتفاق. وإذا واجهت موقفًا لم تناقشاه، اسأل شريك حياتك عنه قبل الدخول فيه، وإذا وجدت أنه/ أنها غير مرتاح للأمر فلا تفعله. ليُصغِ كل منكما إلى اهتمامات الآخر! لقد جعلكما الرب «جسدًا واحدًا» لأسباب جيدة.

قد لا يكون الأمر ضارًا أن تُظهر بعض الود تجاه الجنس الآخر، لكن تجنب تخطي الحدود لتصبح مغازلة. اسأل نفسك: "هل سيكون شريك حياتي مرتاحًا إذا عرف عن الأمر؟ هل ستجني أفعالي هذه ثقته، أم أنها ستثير شكوكه حول دوافعي؟"

في البداية قد يبدو غريبًا أن تطلب السماح بالمشاركة في أمر هو في غاية البراءة. لكنك سرعان ما ستكتشف كم أن الأمر مطمئن بصورة رائعة عندما يحدث العكس ويكون شريك حياتك هو الذي يطلب هذه المرة.

انتبه لعلامات التحذير بأنك قد تكون معرضًا للخوض في

علاقة غرامية.. دكتور ميرڤيل ڤنسنت كتب ذات مرة مقالاً في «جريدة الجمعية الطبية المسيحية» واصفًا كيف يسقط الأطباء (أو أي شخص في موقع قيادي) في فخ الإغواء.[٣] يصف سيناريو الدكتور ڤنسنت حالة سيدة شابة غير سعيدة في زواجها أو مطلقة تحضر لمقابلة طبيبها لكي تتلقى علاجًا لمشكلة صحية لديها. قد تشعر السيدة بأنها مرتعبة وليس لها معين. الطبيب، من الناحية الأخرى، يبدو قويًا، واثقًا، ومهتمًا، كما أن لديه القدرة على حل مشكلتها الحالية.. فتحس السيدة بأنه شخص رائع، وتقول له ذلك. وفي الحال، يتفق معها في الرأي.

الطبيب، في ذات الوقت، لديه مشاكله الخاصة في بيته.. ربما لأنه يقضي ساعات طويلة في العمل، أو رغبته في أن يعتني به شخص آخر لم تُسدد عن طريق زوجته، والتي بدورها قد يكون التعب قد نال منها نتيجة محاولتها العطاء لذلك الرجل الذي لا يبذل جهدًا لتسديد حاجتها لمشاركته كزوج وأب لأولادها. إنها تضع مطالب متزايدة عليه في البيت، إنه يشعر بأنه لا ينال التقدير الكافي. وفجأة، تبدو مريضته الشابة أكثر جاذبية!

هذه هي وصفة حدوث الكارثة! علامة التحذير الأولى هي: عندما يبدأ الزوج (أو الزوجة) في الشعور بأن مريضته (أو العميل، أو الزميل) تقدره وتحبه أكثر من زوجته (زوجها) وعائلته. العلامة الثانية هي: عندما يجد الزوج (الزوجة) طرقًا لقضاء وقت أطول مع اهتماماته الجديدة، ووقت أقل لبيته. عند هذه النقطة تكون العلاقة الغرامية على بُعد خطوة واحدة!

وعلى حد قول د. ڤنسنت، فإن هذا المأزق يمكن منعه إذا أدرك الزوجان أن الخيانة تنشأ نتيجة وجود احتياجات غير مسددة-

لدى الزوج، الزوجة، وأيضًا الطرف الثالث. وعليهما أن يدركا أيضًا أن تسديد الاحتياجات عن طريق التجاوب الجنسي يزيد الأمر سوءًا. يجب عليهما أيضًا أن يفهما أن الطريقة الأكيدة للوقاية هي أن يضع كل من الزوج والزوجة احتياجات الآخر قبل احتياجاته الشخصية.. وأنا أوافق على هذا الكلام!! إن موقف الخدمة المضحية هو بلا جدال أفضل شيء لبناء الزواج.

التحذير الأخير فيما يتعلق بالتجربة: أود أن أحثكم على الحذر من غرور عدم القابلية للخطأ. ففي اللحظة التي تبدأ فيها بالشعور بأن هذا الأمر "لا يمكن أن يحدث لي"، تكون في أكثر الأوقات تعرضًا للإغواء. فنحن مخلوقات تحركها الشهوة الجنسية، وبدوافع قوية؛ كما أننا جزء من خليقة ساقطة تميل دائمًا للخطأ. وهذا هو لُب الإغواء! فلا تفسح له مكانًا في حياتك. ذات مرة كتب أبي: "الرغبة القوية مثل النهر المتدفق.. طالما بقيت بين ضفتي إرادة الله، سيكون كل شيء لائقًا ونقيًا؛ لكن عندما تخرج عن هذه الحدود تسبب دمارًا عبر مجراها."

منذ وقت مضى اكتشفت إحدى طبائع البشر التي نادرًا ما نتعرف عليها لكنها ظاهرة عامة: "نحن نقدِّر الأشياء التي نكون محظوظين بالحصول عليها، ولا نرى قيمة الأشياء التي تلازمنا! ونشتهي الأمور البعيدة عن متناول أيدينا، ونزدري بنفس الأشياء عندما تصبح ملكًا لنا!"(٤) هذا يفسر تلك القوة الخارقة التي يمتلكها سحر الخيانة على سلوكنا. وعلى الرغم من ذلك، فإن الله يعد بأن يعطي مع التجربة أيضًا المنفذ إن طلبنا ذلك (١كو ١٠: ١٣).. فاستمر في طلب «المنفذ» عند التجارب، وبذلك تداوم على بناء الثقة في زواجك.

الثقة تبدأ بالله

بالطبع، وحتى في أحسن الزيجات، يكون من المحتمل أن يخطئ أحد الزوجين ويكسر ثقة الطرف الآخر.. هذا هو السبب الذي من أجله يجب أن نعتمد على قوة الله، وليس على قدراتنا، إذا كنا نأمل في الاحتفاظ بزواج دافئ. فقط عندما يكرس الأزواج والزوجات حياتهم للعيش في طرق الرب، تنمو روابط الثقة فيما بينهم. فنحن نستطيع أن نعطي قلوبنا بثقة تامة لشريك حياتنا عندما نعرف أنه/ أنها بصدق يطلب أن يتبع الرب ويسلك في طرقه.

إن ثقتنا في أمانة الرب فقط هي التي تمنحنا الشجاعة لكي نظل منفتحين بشكل قد يعرض للخطر، ونحن نعلم أننا قد نُؤذى. في فيلم أُنتج عام ١٩٩٣ اسمه أرض الظلال (Shadowlands) وقع الكاتب والفيلسوف المسيحي سي. إس. لويس في حب امرأة، لكنها ماتت سريعًا، وسبَبَ موتها ألمًا شديدًا له؛ مما جعل لويس يتساءل هل كان يجب أن يسمح لنفسه بالاهتمام بها؟ وفي المشهد الأخير وضع استنتاجه بأننا نُعطى أحد خيارين في الحياة: إما أن نسمح لأنفسنا بأن نحب ونعتني بالآخرين، مما يجعلنا عرضة للألم في حالة مرضهم، موتهم أو رفضهم لنا؛ أو نحمي أنفسنا بأن نرفض أن نحب. قرر لويس أنه من الأفضل أن تشعر وأن تعاني من أن تمضي في الحياة وحيدًا، منعزلاً، أو معزولاً.. وأنا أتفق معه بقوة!!

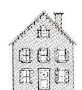
نعم.. الثقة في شريك الحياة محفوفة بالمخاطر، لكن تحقيق الألفة الأصلية يجعل الأمر يستحق المخاطرة.

بناء الثقة معًا

- ما هو عمق ثقتك بالرب؟ وما مقدار ثقتك في شريك حياتك؟ تحدثا سويًا عن كيف أن الثقة في الرب يمكنها أن تبني الثقة في زواجكما.

- هل تفهم كيف يشعر الرب بالألم تجاه خطية الزنا؟ اقرأ خروج ٢٠: ١٤؛ لاويين ١٨: ٢٠؛ ٢٠: ١٠؛ أمثال ٧؛ ملاخي ٣: ٥؛ متى ٥: ٢٧ و٢٨؛ مرقس ١٠: ١١ و١٢؛ يوحنا ٨: ١– ١١؛ رومية ٧: ٢ و٣؛ أفسس ٥: ٣– ٥؛ عبرانيين ١٣: ٤.

- هل تشعر بارتياح أنت وشريك حياتك تجاه سلوك كلٍّ منكما تجاه الجنس الآخر؟ تحدثا عن الإرشادات التي يمكنكما أن تتفقا عليها، والتي سوف تبني أسوارًا حول بيتكما.



الأساس رقم ٤

رغبة في التواصل

«لا تنظروا كل واحد إلى ما هو لنفسه،
بل كل واحد إلى ما هو لآخرين أيضًا.»
(فيلبي ٢: ٤)

فن التواصل لا يأتي بالفطرة عند مُعظمنا؛ فبعض الناس لا يحبون الكلام كثيرًا، والبعض الآخر يتكلمون باستمرار دون أن يكون لكلامهم معنى حقيقي. ولكن عندما نأتي للزواج، يكون التواصل هو أحد مفاتيح الألفة والحميمية. هؤلاء الذين يتقنون هذه المهارة يكونون مؤهلين للتمتع بعلاقة دافئة، مشبعة ومثمرة. أما الذين يفشلون في فهم بعضهم البعض، فعادة ما يشعرون بالعُزلة والوحدة. وهذا يساهم بقوة في حدوث الطلاق.

أحد الأسباب الأساسية لصعوبة التواصل هو الاختلاف الجوهري بين الذكور والإناث. لقد أوضحت الأبحاث أن معظم البنات الصغيرات يتمتعن بمهارات لغوية أكثر من الأولاد

الصغار، وتبقى تلك الموهبة لديهن مدى الحياة. أو ببساطة "هي" تتكلم أكثر من "هو". وككبار إنها تعبِّر عن مشاعرها وأفكارها أفضل كثيرًا منه، وعادة ما تشعر بالضيق من قلة كلامه. فالله أعطاها ٥٠,٠٠٠ كلمة في اليوم، بينما أعطى زوجها ٢٥,٠٠٠ كلمة فقط (أو، يبدو الأمر هكذا!). يعود للبيت بعد أن يكون قد استهلك ٢٤,٩٧٥ كلمة منهم أثناء عمله، ثم يغمغم بالباقي حتى المساء.. وقد ينزل لمشاهدة مباراة لكرة القدم مع أصدقائه، بينما تكاد زوجته تموت لكي تستكمل الـ ٢٥,٠٠٠ كلمة المتبقية لديها. كتبت صحفية في عامود المرأة، معلقة على هذا الميل الذكوري، بل واقترحت تمرير قانون يعتبر أن الرجل الذي يشاهد ١٦٨,٠٠٠ مباراة كرة قدم في موسم واحد يتم الإعلان عن وفاته رسميًا بموجب القانون. (المؤيدون يصفقون بشدة!)

إن التركيبة المعقدة لشخصية الإنسان تضمن استثناءً لكل شيء يتم تعميمه، إلا أن أي مشير زواج ذا علم وفهم يعرف جيدًا أن عدم قدرة أو رغبة الرجال في التعبير عن مشاعرهم لزوجاتهم هي واحدة من الشكاوى الشائعة لدى النساء. ويمكن تقرير ذلك الأمر بصورة شبه مُطلقة: أرني زوجًا هادئًا متحفظًا، وأنا أريك زوجة محبطة. إنها تريد أن تعرف فيم يفكر، وماذا حدث في المكتب أو أثناء العمل، وكيف يرى الأطفال، وعلى وجه الخصوص كيف يشعر نحوها. بينما الزوج في المقابل يرى أن هناك أشياءً يُفضل عدم ذكرها.. إنه صراع قديم.

المفارقة أن سيدة عاطفية جدًا ومتحدثة جيدة تنجذب أحيانًا إلى رجل من النوع القوي الصامت. كان يبدو آمنًا جدًا و"مسيطرًا" على الأمور قبل زواجهما. أُعجبت بطبيعته الراسخة، وهدوئه الشديد

وقت الأزمات. ثم تزوجا، وبدأ الوجه الآخر من قوته العظيمة يصبح واضحًا: إنه لا يتكلم! وعلى مدى الأربعين سنة التالية، ظلت تجز على أسنانها لأن زوجها لم يستطع أن يعطيها ما كانت تحتاجه منه.. لأنه ببساطة لم يكن يتمتع بهذا الأمر.

ذات مرة تلقيت الخطاب التالي (تم تعديله لحماية هوية كاتبه)، والذي يمثل ألف خطابٍ مشابه وصلني:

عزيزي د. دوبسون،

لقد قرأت كتابك بعنوان "ماذا تحب النساء أن يعرف عنهن الرجال؟"، ومع الأسف لم أستطع أن أجعل زوجي يقرأ هذا الكتاب.. وهذا يأتي بي إلى المشكلة التي أريد عرضها. إنه من الصعب التواصل مع زوجي إذا كان عليَّ أن أدخل في منافسة مع التليفزيون، أو الأطفال، أو العمل. وفي وقت الطعام، الذي يجب أن يكون وقتًا للتحدث، يظل مستمعًا لنشرة الأخبار في الراديو؛ كما أنه لا يتناول وجبة العشاء في البيت لأنه يعمل في الفترة المسائية (من ٣: ١١م). كما أنني أريده حقًا أن يتابع برنامجك الإذاعي عن الأسرة، لكنه لا يفعل.

امرأة أخرى أعطتني هذه الرسالة بعد سماعها لأحد أحاديثي.. ولقد قالت في كلمات قليلة ما كانت تحمله رسائل آخرين بكلام كثير:

هل تتفضل بمناقشة ذلك؟ [زوجي] يصل إلى البيت.. يقرأ الجريدة، يتناول عشاءه، يتحدث في التليفون،

يشاهد التليفزيون، يأخذ حمامًا، ثم يذهب للفراش..
هذا روتين يومي ثابت. إنه برنامج لا يتغير.. نذهب
للكنيسة يوم الأحد، ثم نعود للبيت، نأخذ قسطًا من
الراحة، ثم نعود للعمل ثانية صباح الاثنين. ابنتنا في
التاسعة، ونحن لا نتواصل، وتجري الحياة بسرعة
على هذا النمط الممل.

أستطيع أن أسمع أحدهم قائلاً: "إذا كانت الزوجة تريد وقتًا منفردًا للحديث والمشاركة مع زوجها، فلماذا لا تعلن ذلك؟" في الحقيقة، هن يقلن ذلك. لكن الأزواج (وأحيانًا الزوجات) عادة ما يجدون صعوبة كبيرة في "الإصغاء" لتلك الرسالة.

أتذكر إحدى الأمسيات.. عندما كان والدي يعظ في خيمة مفتوحة، وكان عدد الحاضرين من القطط والكلاب أكبر من عدد الناس. وأثناء العظة، قرر قط كبير أن يحصل على قسط من الراحة فوق المنبر.. رجع والدي خطوة إلى الخلف، فضغط كعبه على ذيل السيد توم؛ فجن جنونه، وظل يضرب بمخالبه ويخربش حتى يحرر ذيله من تحت قدم والدي الكبيرة الحجم. لكن والدي ظل مشغولاً بالعظة، ولم يلاحظ الاضطراب الذي يحدث. كان هناك تحت قدمه حيوان مرتعب يحفر شقوقًا في السجادة ويصرخ طالبًا الرحمة، إلاَّ أن هذه القدم لم تتحرك. قال والدي فيما بعد أنه ظن أن الصراخ كان صادرًا من أصوات فرامل السيارات من إحدى الجهات. وفي النهاية، عندما رفع والدي قدمه من على ذيل القط، وهو لا يزال غير مدرك للاضطراب الحادث، هرب القط بسرعة الصاروخ.

هذه القصة تضع نموذجًا لكثير من الزيجات المعاصرة..

تصرخ الزوجة وتتلوى وتضرب بيديها في الهواء، لكن الزوج يظل غافلاً عن رعبها. إنه مشغول بأفكاره الخاصة، غير مدرك أن خطوة صغيرة جهة اليمين أو اليسار قد تحل الأزمة. إنني لا أتوقف أبدًا عن دهشتي لمقدار الصمم الذي يمكن أن يصيب الرجل في مثل هذه الظروف.

مغالطات الزواج

هذه المعضلة المحيرة -الشريك الذي لا يتكلم ولا يصغي- مشكلة أخرى شائعة تمتد جذورها إلى مرحلة الطفولة. تتعلم بناتنا بطريقة غير ملحوظة أن الزواج هو علاقة رومانسية تدوم العمر كله، وأن الأزواج المحبين يكونون مسؤولين تمامًا عن سعادة زوجاتهم، وأن العلاقة الجيدة بين رجل وامرأة يجب أن تكون كافية لتسديد جميع الاحتياجات والرغبات، وأن أي حزن أو إحباط تمر به المرأة هو نتيجة خطأ زوجها؛ أو على الأقل هو يملك القدرة على القضاء على المشكلة إذا أبدى اهتمامًا كافيًا. بكلمات أخرى.. فإن كثيرات يدخلن في إطار الزواج بتوقعات رومانسية غير واقعية هي بالتأكيد نوع من التسرع. وهذه المفاهيم تُعد العروس ليس فقط لخيبة الأمل والقلق في المستقبل، لكنها أيضًا تضع ضغطًا رهيبًا على زوجها لأن يصنع المستحيل.

ومع الأسف، فإن رجل البيت تعلَّم أيضًا بعض المفاهيم المغلوطة أثناء سنوات تكوينه. تعلَّم، ربما من أبيه، أن مسؤوليته الوحيدة هي أن يجلب المال لأسرته.. فيتحتم عليه أن يشارك في مشروع للربح، أو أن يعمل في حرفة أو وظيفة ما، وأن ينجح

أيًا كانت التكلفة، ويتسلق سلم النجاح محققًا مستوى معيشيًا متصاعدًا كي يبرهن على رجولته! ولم يُخبره أحد مطلقًا أن عليه أن يتحمل شؤون زوجته العاطفية. إن كان يدفع فواتير بيته، ويظل زوجًا مخلصًا؛ فماذا يمكن أن تطلب المرأة أكثر من ذلك؟ الأمر ببساطة، إنه لا يفهم ما الذي تريده!

ويصبح اصطدام هذه الافتراضات مع بعضها البعض أمرًا لا مفر منه خلال السنوات الأولى من الزواج. يخرج الشاب چون إلى سوق العمل حيث تحتدم المنافسة، متصورًا أن نجاحه سوف يلقي تقديرًا من زوجته أتوماتيكيًا. ولصدمته، فإنها ليست فقط غير منتبهة للأمر، لكنها أيضًا تبدو مستاءة من ذلك العمل الذي يأخذه منها! فتراه يقول لها: "حبيبتي.. أنا أفعل كل هذا من أجلك!" ولكن ديان لا تقتنع!!

في البداية، يحاول چون التكيف مع ديان، وفي أوقات أخرى، يتملكه الغضب. ثم يدخل الاثنان في مشادة كلامية، وفي صباح اليوم التالي يشعر بإحساس فظيع تجاه تلك المشاجرات. ثم تبدأ شخصيته في التغير تدريجيًا.. فهو يكره النزاع مع زوجته لذا يتخذ الانسحاب طريقة لتجنبه. إن أقصى ما يبتغيه من البيت هو (كأغلب الرجال) السكينة؛ فيحاول أن يجد طريقًا للهروب من الواقع.. يقرأ الجرائد، يشاهد التليفزيون، يواصل العمل على مكتبه، يذهب للصيد أو لمشاهدة مباراة لكرة القدم- أي شيء يبقيه بعيدًا عن زوجته العدائية. فهل يجعل هذا زوجته تهدأ؟ مُطلقًا.. يُصبح الأمر أكثر استفزازًا عندما تتجاهل غضب أحدهم.

هنا، تراها تصرخ طلبًا للاهتمام، وتنفيسًا لغضبها نتيجة فشله كزوج.. فماذا يفعل هو في المقابل؟ إنه يتوارى، ويصبح أكثر

صمتًا.. إنه يجري هاربًا. وهكذا يدخل الاثنان في دائرة مُفرغة.. كلما زاد غضبها على عدم مشاركته، زاد هو انسحابًا؛ فيلهب ذلك عداوتها أكثر فأكثر. لقد قالت كل شيء يمكن أن يُقال دون أن تُلاقي أي تجاوب يُذكر.. هنا تشعر أنها فقدت قوتها، وتشعر بعدم الاحترام. صبيحة كل يوم يذهب إلى عمله حيث يتسامر مع أصدقائه، وتبقى هي في هذه الحالة من الحرمان العاطفي.

بالطبع، إذا كان كلا الزوجين يعملان، أو إذا كانت هي التي تعمل لكسب العيش للأسرة، حينئذ تتغير ديناميكيات الموقف. ولكن يستمر الاحتياج الأساسي للمشاركة والتقارب في الزواج -خاصة لدى المرأة، وأيًا كانت الظروف. إذا شعر أحد الطرفين بأنه مُهمل لفترة طويلة من الزمن فإنه (إنها) يبدأ في البحث عن طرق ليؤذي بها شريك الحياة في المقابل. وعندما تتدنى العلاقة إلى هذا المستوى تصبح الحميمية بين الزوجين أمرًا غريبًا كما لو أنه زائر من المريخ.

أعرف أني رسمت صورة كئيبة لجميع الطرق الشائعة التي من خلالها يمكن للتواصل أن ينكسر في الزواج. لكن إذا وجدت نفسك جزءًا من أي من السيناريوهات السالفة الذكر، لا تفقد الأمل؛ فكل منا يستطيع أن يحسن قدرته على التواصل في علاقته/ علاقتها باللجوء إلى مجموعة من الحلول المضمونة.

استعادة سريان المعلومات

بالنسبة للزوج والزوجة اللذين يجدان أن سريان المعلومات

فيما بينهما قد توقف، يجب عليهما أن يبدءا في التسوية، أو تقديم التنازلات.. حتى الرجل القليل الكلام بطبيعته عليه مسؤولية واضحة أن «يَسُر امرأته التي أخذها» (تث ٢٤: ٥). يجب ألا يعتبر نفسه "صخرة" لا تلين وأنه لن يسمح لنفسه أن يضعف مرة ثانية؛ بل على العكس عليه أن يفتح قلبه ليشارك مشاعره العميقة مع زوجته. يجب أن يُخصَّص وقت للمحادثات البناءة.. فأشياء مثل التمشية معًا، الخروج لتناول الإفطار، أو التنزه معًا في صباح عطلة نهاية الأسبوع تكون فرصًا متجددة للتحدث؛ الأمر الذي من شأنه أن يُبقي الحب حيًا. ويمكن للتواصل أن يحدث حتى في الأسر التي يميل فيها الزوج للتفكير الصامت والزوجة للتعبير بالكلام، وأنا أعتقد أن المسؤولية الأولى للتسوية تقع على الزوج.

أحيانًا يجب أن تتطرق مشاركتك إلى أمور صعبة.. فإذا كنت المسؤول عن ماديات البيت، وبدون قصد أو بحماقة أفرغت حساب البنك، فلا تُخفِ الأمر- بل دع زوجتك تعرف. وإذا حاول أحدهم مغازلتك في العمل، فعليك أن تخبري زوجكِ، حتى لو كنت غير مرتاحة لفعل ذلك! فبينما تعملان معًا لإيجاد أفضل الحلول لمشاكل مثل هذه، سوف يزيد التقارب بينكما.

يجب أن يُخصَّص وقت

للمحادثات البناءة

إذا أفصحت عن مشاعرك العميقة بأمانة، وبدوافع نقية، وكنت باستمرار تؤكد ولاءك وإخلاصك لزواجك؛ فإن شريك حياتك سيصبح أغلى مستشار، ومرشد، ومصدر حماية، وصديق لك.

هناك أسلوب مفيد جدًا للزوجين اللذين يرغبان في تحسين مستوى التواصل بينهما.. أسلوب التصوير بالكلمات الذي ذكره جاري سمولي وچون ترنت في كتابهما «لغة الحب». أحد الأمثلة التي ذكراها في الكتاب كانت قصة رجل يُدعى چيم، كان يعمل مدرسًا بالمدرسة الثانوية ومدربًا لكرة القدم. كان چيم يعود إلى البيت بالمساء وهو مرهق لدرجة لا يستطيع معها حتى التحدث إلى زوجته سوزان، تاركًا إياها مُحبطة وغاضبة. وفي النهاية جاءت سوزان لتحكي لزوجها قصة عن رجل ذهب لتناول الإفطار مع زملائه المُدربين، وبعد أن انتهى من أكل طبقه المفضل من البيض المقلي جمع بعض الأكل المتبقي من على المائدة ووضعه في حقيبة. ثم ذهب لتناول الغذاء مع مجموعة أكبر من الأصدقاء، فأكل فطيرة بلحم الديك الرومي، وطبقًا كبيرًا من السلاطة. ومرة ثانية، جمع بعض الأكل المتبقي، ووضعه في حقيبة ورقية صغيرة، وأخذها معه. وعند رجوعه إلى البيت في المساء أعطى حقيبتي بقايا الطعام لزوجته ولديه الاثنين.

قالت سوزان: "هذا ما أشعر به عندما تعود إلى البيت ولم يتبق لديك شيء تعطيه لنا.. كل ما نحصل عليه هو الفتات. إنني أنتظر أن نستمتع سويًا بتناول الطعام، وأرغب في وقت فيه نتحدث ونضحك ونعرف بعضنا أكثر.. أرغب في التواصل معك بنفس الطريقة التي تتواصل بها مع أصدقائك. لكن كل ما نحصل

عليه هو حقيبة ورقية صغيرة.. حبيبي ألا تلاحظ؟ نحن لا نحتاج لبقايا الطعام، نحن نحتاج إليك أنت!"

نزلت الدموع من عيني چيم عند سماعه كلمات سوزان، وكانت كلماتها سببًا في حدوث تغييرات إيجابية في زواجهما.[٥] أنت أيضًا، قد تجد أن صورة مرسومة بالكلمات كهذه أكبر تأثيرًا لتلفت انتباه شريك حياتك من آلاف الكلمات العدائية.

أداة أخرى للتواصل نادى بها المشيران والمؤلفان تشاك وبارب سنايدر: وهي «الإسراع في الاستماع»،[٦] بناء على قول الكتاب المقدس في رسالة يعقوب: «ليكن كل إنسان مسرعًا في الاستماع، مبطئًا في التكلم، مبطئًا في الغضب» (يعقوب ١: ١٩). بعد خلاف ما يجلس كل من الزوج والزوجة معًا، ويشرح كل واحد مشاعره تجاه الموضوع. الفكرة هنا هي ألا يُقاطع أحدهما الآخر. قد يجرب الزوجان ذلك ويستمران غير متفقين، ولكن بالتعبير عن الرأي والاستماع الجيد إلى الرأي الآخر، سوف تزيد فرص التفاهم بينهما؛ وأن يظلا أفضل صديقين.

السعادة تعمل كمغناطيس عجيب يجذب شخصية الإنسان

إلى الزوجة التي تجد نفسها تواصل الهجوم على زوجها غير المتجاوب وتدفعه بعيدًا.. هناك طريقة لكي تجذبيه في اتجاهك أنتِ. هذا يحدث برفع الضغط عنه.. وذلك بأن تجتذبيه قليلاً إلى

الوراء، بأن تتجنبي الاتهامات المتكررة والشكوى، بأن تُظهري تقديرك لكل ما يفعله بشكل جيد، وأنك تستمتعين بالتواجد معه. السعادة تعمل كمغناطيس عجيب يجذب شخصية الإنسان.

في بعض الأحيان يكون من الضروري إدخال بعض من "الإثارة" والتشويق إلى العلاقة بهدف جذب الشريك غير المتفاعل.. كما أن السلوك الذي يتسم بالثقة بالنفس والاستقلالية يكون أكثر تأثيرًا في لفت الانتباه عن المواجهة الهجومية.

أتذكر جلسة للمشورة لسيدة شابة ذكية، سأسميها چانيت.. جاءت إليَّ لاعتقادها بأنها بدأت تفقد محبة زوجها. كان فرانك يُظهر شعورًا بالضيق والملل عندما يكون في البيت، ورفض مرارًا أن يصطحبها للخروج معه.. وفي عطلة نهاية الأسبوع كان يذهب في رحلات بحرية مع أصدقائه بالرغم من اعتراضات زوجته المريرة على ذلك. وظلت لشهور طويلة تستجدي انتباهه، لكن الأمر استمر في التدهور.

لقد فكرت أن چانيت كانت تحاول الدخول إلى عالم فرانك في محاولة لاستعادة ذلك الشيء الذي جعله يرغب في الزواج منها في المقام الأول. وهكذا، اقترحت عليها أن ترجع إلى عالمها الخاص: توقفي عن "السعي وراءه" عندما يكون في البيت، ضعي جدولاً لبعض الأنشطة الشخصية لا ترتبط بتواجده معك... إلخ. في ذات الوقت، قمت بتحفيزها على أن تعطيه أسبابًا مبهمة عن التغيير الذي حدث في شخصيتها. وكانت التعليمات التي أعطيت لها أن لا تُظهر الغضب أو الاستياء، معطية فرانك الفرصة ليضع استنتاجاته الشخصية عما كانت تفكر فيه. كان هدفي هو تغيير إطار تفكيره.. فبدلاً من أن يكون إطار تفكيره هو: "كيف أهرب

من تلك المرأة التي تقودني إلى الجنون؟"، أردت أن أجعله يتساءل: "ما الذي يحدث؟ هل أفقد چانيت؟ هل دفعتها بعيدًا؟ هل وجدت شخصًا آخر؟"

كانت النتائج مُبهرة.. فبعد أسبوع من تغيير الأسلوب كان فرانك وچانيت معًا في البيت ذات مساء، وبعد ساعات طويلة من الحديث الممل، والتثاؤب المتكرر، قالت چانيت لزوجها إنها مرهقة جدًا وترغب في الذهاب للنوم. ألقت عليه تحية المساء، وذهبت لتنام، ولكن بعد حوالي نصف ساعة تقريبًا قام فرانك وفتح باب غرفة النوم وأضاء الغرفة.. وسعى لإقامة علاقة حميمة معها، وقال لها فيما بعد إنه لم يستطع أن يحتمل ذلك الحاجز الذي كان بينهما.. كان هذا هو الحاجز الذي اشتكت هي منه منذ عدة أشهر. كانت طريقتها تتميز بالاستبداد الشديد؛ فكان ذلك سببًا لدفعه بعيدًا عنها. ولكن عندما غيرت الاتجاه، غيَّر فرانك أيضًا اتجاهه إلى النقيض.. عادة يحدث الأمر هكذا.

تقبَّل الأمور غير القابلة للتغيير

حتى لو تم تطبيق كل هذه التقنيات لتحقيق التواصل، فإن بعض الناس -عادة الزوجات- سوف يكتشفن أنهن قد تزوجن من شخص لن يستطيع إطلاقًا التعبير عن نفسه أو فهم الاحتياجات التي وصفناها سابقًا. إن تركيبته النفسية تجعل من المستحيل له فهم المشاعر والإحباطات التي قد تصيب شخصًا آخر، وبخاصة تلك التي تحدث مع الجنس الآخر. إن هذا الزوج لن يقرأ كتابًا مثل هذا الكتاب، بل وقد ينتقده بشدة إذا قرأه. ماذا إذًا يجب

أن يكون رد فعل تلك الزوجة؟ ماذا تفعلين إذا كان زوجك تنقصه البصيرة ليكون الشخص الذي تريدينه؟

نصيحتي هي أن تغيري ما يمكن له أن يتغير، وأن توضحي ما يمكن أن يُفهم، وأن تشرحي ما يمكن تعلّمه، وأن تعيدي ما يمكن أن يتحسن، وأن تقومي بحل ما يمكن حله، وأن تناقشي الأمور التي يمكن التوافق عليها. اصنعي أفضل زواج ممكن باستخدام المواد الخام المتاحة لديك، والتي تأتي من شخصين غير كاملين، ولهما شخصيتان متميزتان عن بعضهما. أما الأجزاء الخشنة والحادة التي لا يمكن تهذيبها، والأخطاء التي لا يمكن استئصالها، فحاولي أن تجدي لها أفضل تصور ممكن، وأعدي ذهنك لقبول الواقع كما هو تمامًا. المبدأ الأول للحفاظ على الصحة العقلية هو قبول الأمور التي لا يمكن تغييرها. يمكن للأمور التي تخرج عن السيطرة أن تمزقك.. أنت الذي تحدد: إما أن تعقد العزم على الصمود بشدة، أو أن تلين وتجبُن. ويكون الاكتئاب عادة هو الدليل على الاستسلام العاطفي.

كتب أحدهم قائلاً:

الحياة لا يمكن أن تعطيني الفرح والسلام،

بل أنا الذي يملك الإرادة لذلك.

الحياة تعطيني فقط الوقت والمكان،

وأنا الذي يستطيع أن يملأها.

هل يمكنك قبول حقيقة أن زوجك لن يقدر أبدًا أن يفي بكل احتياجاتك وطموحاتك؟ فنادرًا ما يستطيع إنسان أن يُرضي كل

آمال وأشواق إنسان آخر. وواضح أن هذه العملة لها وجهان: فأنتِ أيضًا لا تستطيعين أن تكوني امرأته التي لا عيب فيها. إنه غير مُعد لتسديد جميع احتياجاتك العاطفية، كما أنكِ لست فتاة أحلامه المشبعة جنسيًا على مدار الأربع والعشرين ساعة. كلا الشريكين لابد أن يستقر على أن البشر لديهم نقائص، وأخطاء، وتوتر، وإرهاق، و"صداع" بالرأس بين ليلة وأخرى. الزواج الجيد ليس هو الزواج الذي يصل إلى الكمال.. إنه علاقة تستطيع من خلال نظرة صحية أن تتغاضى عن الكثير من الأمور التي لا يمكن إصلاحها. أشكر الله أن زوجتي شيرلي استطاعت أن تتبنى هذا المبدأ تجاهي.

السعي نحو التفهم

- ما هي أفضل الطرق التي تتواصل بها أنت وشريك حياتك؟ وما الذي يؤدي بينكما إلى النزاع؟ تحدثا عن كيف يمكنكما التوافق من أجل تحسين التواصل في زواجكما.

- هل وقعت ضحية لأي من "مغالطات الزواج"؟ وكيف أثر ذلك على علاقتك مع شريك حياتك، وما الذي يمكنك عمله حيال ذلك؟

- هل أطلت النظر في صعوبات التواصل في زواجك من وجهة نظر شريك حياتك؟ اتخذ قرارًا بشأن ما تستطيع أن تعمله بنفسك من أجل تحسين موقفك- وإذا ما كانت هناك أمور حادثة يجب عليك أن تقبلها كما هي.

الأساس رقم ٥

فهم المحبة

«المحبة قوية كالموت... لهيبها لهيب نار...»
(نشيد الأنشاد ٨: ٦)

لن أنسى أبدًا أول عيد حب مرَّ علينا بعد الزواج، كان ذلك بعد ستة أشهر من سيرنا شيرلي وأنا في ممر الكنيسة. فما حدث كان نوعًا من الكوارث.. لقد ذهبت في صباح ذلك اليوم إلى مكتبة الجامعة، وقضيت حوالي ثماني أو عشر ساعات منكفئًا على كتب ومجلات تغطيها الأتربة، وغاب عن ذهني تمامًا أن اليوم هو ١٤ فبراير.

الأسوأ هو أنني كنت غافلاً عن التجهيزات التي كانت تجرى في البيت.. كانت شيرلي قد أعدت عشاءً رائعًا، وصنعت كعكة على شكل قلب مغطاة باللون الوردي ومكتوب عليها «Happy Valentine's Day»، ووضعت شموعًا حمراء كثيرة على المائدة، ثم وضعت لفافة جميلة بها هدية كانت قد اشترتها لي، ووضعت

بطاقة كتبت عليها بعض كلمات الحب الرقيقة. وهكذا أصبح المكان مهيئًا! ثم استعدت لاستقبالي عند باب البيت لكي تطبع قبلة على خدي، وتمنحني حضنًا دافئًا. لكنني كنت على الجانب الآخر من مدينة لوس أنجلوس في غفلة تامة عن العاصفة التي تتصاعد فوق رأسي!

كانت حوالي الثامنة مساءً، عندما بدأت أشعر بالجوع؛ فطلبت ساندويتش هامبرجر من مطعم المشويات بالجامعة. بعد تناول الطعام رحت أمشي بتثاقل حتى وصلت إلى سيارتي، وتحركت عائدًا إلى البيت. ثم ارتكبت فعلة حمقاء، ندمت عليها لشهور طويلة.. فقد توقفت لزيارة والديَّ اللذين كانا يسكنان بالقرب من الطريق السريع. استقبلتني أمي بتحية حارة، ثم قدمت لي قطعة كبيرة من فطيرة التفاح. وهكذا أُغلق الوعاء تمامًا!

وأخيرًا عندما وضعت المفتاح في باب المنزل في العاشرة مساءً أدركت للتو أن هناك خطأً فادحًا. (أنا أتمتع بقدرة كبيرة على إدراك أمور صغيرة كهذه.) كان البيت مظلمًا، والمكان غارقًا في سكون تام. التفت إلى المائدة فرأيت عشاء باردًا لايزال موضوعًا في أفضل أطباقنا وأوانينا، شمعات نصف محترقة تقف في برودة وإظلام فوق شمعداناتها الفضية الفاخرة.. يبدو أنني نسيت شيئًا هامًا. ولكن ما هو؟! ثم لاحظت الزينة المصنوعة من الأحمر والأبيض فوق المائدة.. ولم أصدق نفسي وعينيَّ!

وقفت في وسط حجرة معيشتنا الصغيرة النصف مظلمة، وأنا أحس وكأنني مخدرًا .. إنني حتى لم أشتر بطاقة لعيد الحب، ناهيك عن هدية، لشيرلي. لم تراودني أية أفكار رومانسية طيلة اليوم، ولم أستطع حتى التظاهر بأنني أرغب في أكل العشاء

البارد على المائدة. وبعد حديث مقتضب، وبعض الدموع، ذهبت شيرلي إلى الفراش، وغطت وجهها وأذنيها بالأغطية. كنت على استعداد لأن أدفع ألف دولار لمن يعطيني تفسيرًا حقيقيًا مقنعًا لإهمالي الشديد.. لكن لم أجد واحدًا، ولم أستطع أن أقول لها: "لقد توقفت عند منزل والدتي لتناول قطعة من فطيرة التفاح الجميلة.. لقد كانت رائعة، كان يجب أن تكوني معي!"

أشكر الله أن شيرلي ليست فقط سيدة رومانسية، لكنها أيضًا متسامحة. تحدثنا لاحقًا في هذه الليلة عن عدم حساسيتي، وتفاهمنا حول الأمر. لقد تعلمت درسًا هامًا في هذا الثالنتين، وعقدت العزم ألا أنساه مطلقًا فيما بعد. ما أن فهمت كيف أن زوجتي مختلفة عني -خاصة في المسائل الرومانسية- بدأت في الاندماج مع الأمر.

يجب أن ترعى
"شعلتك" بعناية فائقة

إن أردت أن تزدهر الألفة والحميمية في الزواج لابد أن تنمي الإحساس بالرومانسية. لكن الرومانسية بين الزوج والزوجة غير مستقرة.. تمامًا مثل لهب شمعة وحيدة تقف أمام الريح، يمكن بسهولة أن ترتعش وتخبو. يجب أن ترعى "شعلتك" بعناية فائقة- يوم عيد الحب، وكل يوم آخر على مدار السنة.

"حبيبي لي وأنا له"

كلمة "رومانسية" تثير لدى كل شخص فينا انطباعات مختلفة، كما أن توقعاتنا لما يشكل علاقة رومانسية تختلف أيضًا. تميل المرأة إلى وصف الرومانسية بأنها الأشياء التي يفعلها شريك الحياة كي يجعلها تشعر بالحب، والحماية، والاحترام. الزوجات، خاصة اللاتي تزوجن من رجال مشغولين دائمًا، يرغبن بشدة في الشعور بإثارة اللقاءات الرومانسية، إنهن يشتقن إلى أمسية ساحرة.. ورود، كلمات ثناء وإطراء، لمسات غير جنسية، كلمات حب.. إنها جميعًا خطوات في هذا الاتجاه. كذلك المساعدة بالمنزل.. فالرجل الذي يشارك زوجته في أعمال البيت من نظافة، وطهي، والذهاب لإحضار الأطفال بعد التدريب الرياضي أغلب الظن أنه سيفوز بقلب زوجته.

الرجال، من ناحية أخرى، يعوِّلون بالأكثر على الجزء الحسي في الناحية الرومانسية.. فالرجل يُقدر الزوجة التي تستطيع أن تجعل نفسها جذابة له قدر المستطاع. الرجل يريد أن ينال الاحترام -بل والأفضل- الإعجاب من زوجته.. إنه يحب أن يستمع إلى زوجته وهي تبدي اهتمامها بآرائه وهواياته وعمله.

ولعل وصف سليمان للحب الرومانسي في نشيد الأنشاد هو الأقرب للواقع والأكثر نبضًا بالحياة، حيث نرى أنه يتضمن كلاً من الحميمية والإثارة العاطفية: «حبيبي لي وأنا له» (٢: ١٦)، «فأنَّت عليه أحشائي» (٥: ٤). هنا نرى كيف أن الحب العميق يحرك الرغبة والتقدير الكامل للآخر: «ها أنتِ جميلة يا حبيبتي» (٤: ١). أن نكون رومانسيين. يعني. أن نسعى نحو موضوع

حبنا –وأن نذبل عندما يتخلى هو/ هي عنا: «في الليل على فراشي طلبت من تحبه نفسي. طلبته فما وجدته» (٣: ١). كما أننا نرى قوة التعبير العلني عن الحب في توصيل الحب الرومانسي: «أدخلني إلى بيت الخمر، وعَلَمه فوقي محبة» (٢: ٤).

على الرغم من أن الرومانسية قد تعني أشياء مختلفة تمامًا لكل منا، ولكن عند الأغلبية تصف الكلمة ذلك الشعور الرائع بأن الناس يرونك، وأنك مرغوب فيه، وأن هناك من يسعى إليك– أنك مركز اهتمام حبيبك. يحتفظ معظم الأحباء بهذا الحس الرومانسي كما هو طوال فترة الخطوبة، وعلى الأقل في الفترة الأولى من الزواج. ولكن بمرور السنين، ومع تراكم الواجبات والمسؤوليات، عادة ما يبدأ ذلك الشعور الرومانسي في الاختفاء تدريجيًا.

متعة المطاردة

بعد الزفاف بأيام، أسابيع، أو شهور، يحدث شيء ما "لهذا الشعور بالحب".. إذ يبدو أن شراع الرومانسية يفقد الريح التي تدفعه لدى كلٍ من الزوج والزوجة.. وذلك ليس دائمًا لكنه كثيرًا ما يحدث.

هذه المحنة تذكِّرني بالبحارة القدماء، في أيام السفن الخشبية.. في تلك الحقبة من الزمان، كانت هناك أشياء كثيرة يخشاها هؤلاء البحارة؛ فقد كانوا يخشون القراصنة، العواصف، الأمراض؛ لكن أكثر شيء كان يخيفهم هو أن تدخل السفينة «حزام الركود الاستوائي».. وهي منطقة بالقرب من خط الاستواء

تكون الرياح فيها هادئة للغاية لدرجة أنها لا تستطيع أن تدفع السفينة؛ مما قد يعني الموت لكل من عليها؛ إذ تسير السفينة ببطء شديد لأيام، أو ربما لأسابيع. وقد ينفذ الماء والغذاء وهم في انتظار نفحة من الهواء تدفع السفينة إلى مسارها الأصلي.

وهكذا فالزيجات التي كانت يومًا مليئة بالحماس والحب يمكن لها أن تعلق في "حزام ركود الرومانسية" مما يسبب موتًا بطيئًا ومؤلمًا للعلاقة. لكن لا يجب أن يصل الأمر إلى ذلك الحد. الكاتب دووج فيلدز، في كتابه «الرومانسية الخلاقة» يقول: "المواعدات العاطفية والمواقف الرومانسية مع شريك حياتك يمكنها أن تغير هذه النماذج، ويمكن أن تكون مصدر متعة كبيرة. لا توجد وصفة سريعة لإصلاح الركود في الزواج بالطبع، لكنك تستطيع أن تضع جانبًا كل الأعذار وتبدأ في مواعدة حبيبة قلبك."(٧) في الحقيقة، قد تحتاج أن تحاول التفكير كشاب في سن المراهقة مرة أخرى. دعني أوضح الأمر.

استرجع للحظة الجنون الذي كنت تعيشه أثناء فترة المواعدة.. لحظات الخجل، كلمات المغازلة، الخيال، والسعي وراء المحبوب. بعد أن ننتقل من الخطبة إلى الزواج، يشعر معظمنا أننا يجب أن نتصرف بنضوج، وأن نترك تلك الألعاب الصبيانية خلفنا، لكننا قد لا نكون قد بلغنا درجة النضج التي نعتقدها في أنفسنا.

بشكل أو آخر، نجد أن علاقاتنا الرومانسية قد تحمل بعض خصائص فترة المراهقة من الناحية الجنسية.. الأشخاص البالغون لا يزالون يحبون ذلك الشعور بالإثارة في مطاردة المحبوب، الغموض الذي يحيط بالأشياء غير المباحة، التحمس للجديد والملل من القديم. هذه المحفزات غير الناضجة يتم بالطبع

السيطرة عليها وتقليلها في العلاقات الملتزمة والمخلصة، لكنها لا تختفي تمامًا.

هذا قد يساعدك في الإبقاء على الحيوية في زواجك.. فعندما تصل الأمور لأن تفقد بريقها مع مرور الزمن، قد تحتاج لأن تتذكر بعض الحيل القديمة: ماذا عن تناول الإفطار في الفراش؟ اختلاس قبلة بعيدًا عن الأعين؟ قراءة خطابات الحب القديمة؟ طهي وجبة من الطعام معًا لم تُعداها من قبل؟ مكالمة تليفونية أثناء وجودك في العمل؟ وردة جميلة مع رسالة رقيقة؟ هناك عشرات الطرق لتملأ الأشرعة بالهواء مرة أخرى.

أتذكر إحدى المناسبات -بعد سنوات من عيد الحب البائس الذي مررت به- عندما ذهبنا، شيرلي وأنا، لاستكشاف ما أسميناه "أوكارنا القديمة".. حيث قضينا سويًا يومًا بأكمله، بدأناه بزيارة إلى السوق الريفي حيث كنا نتمشى كالعشاق الصغار. ثم تناولنا غذاء فاخرًا في مطعمنا المفضل، وتحدثنا عن ذكريات قديمة. بعدها ذهبنا لمشاهدة عرض مسرحي في صالة عرض باسادينا، حيث كنا قد ذهبنا في ثاني مواعدة لنا، ثم ذهبنا إلى مطعم جوينز حيث تناولنا فطيرة بالكرز مع القهوة، وهو مكان يفضله العشاق. تحدثنا عن ذكرياتنا الجميلة، وعشنا من جديد لحظات الإثارة التي كنا نستمتع بها في الأيام الأولى. لقد كانت خبرة رائعة لإنعاش الذاكرة.

في مرة أخرى، عندما كنت غائبًا عن شيرلي والأطفال لمدة أسبوعين، أعددت مفاجأة صغيرة لها. طلبت منها أن تستعد للخروج لتناول العشاء عندما أعود إلى المنزل، ثم اتصلت بوالدة شيرلي وطلبت منها أن تستعد لتكون مع الأطفال في تلك الليلة،

ولكن عليها أن تجعل شيرلي تعتقد أن الأطفال سوف يعودون للبيت آخر الليل.

بعد العشاء ذهبنا إلى السينما ذلك المساء، ثم قُدت السيارة متوجهًا إلى نادي شاطيء حيث كنت قد حجزت غرفة بأحد الفنادق هناك. لم تفهم شيرلي الأمر إلا بعد أن فتحت باب غرفة الفندق ودعوتها للدخول معي.. لاتزال ذكرى هذه الليلة الجميلة حاضرة في أذهاننا. (كما ترى، لقد تعلمت فعلاً بعض الأشياء عبر السنين!)

استمتعا معًا بالرومانسية على طريقتكما الخاصة

عندما تكون الإمكانيات المادية محدودة، فإن قضاء الوقت مع شريك حياتك من شأنه أن يشعل مشاعر الحب بينكما.. كل ما تحتاج إليه هو جهد قليل مع ذوق خلاق. تحدث إلى شريك حياتك واسأله/ اسأليه عن الأمر الذي يمكنه أن يجلب المتعة والإثارة إلى زواجكما، ثم استمتعا معًا بالرومانسية على طريقتكما الخاصة.

كيف تحبين رجلاً

في العقود الحديثة. بُذل جهد كبير لتعريف الرجل بمسؤوليته

نحو احتياج زوجته إلى الرومانسية.. وهذا أمر صحيح. لكن ما الذي يجب على الزوجة أن تعمله من أجل الرجل الذي من الواضح تمامًا أنها سوف تبادله الحب؟ في عبارة واحدة: يمكنها أن تبني ثقته.

هذا الدور الحيوي يتضح بأفضل صورة من خلال إحدى القصص المفضلة لي والتي قصها عليَّ صديقي إي. ڤي. هيل. دكتور هيل هو خادم أسمر البشرة ذو نشاط وهمة، يرعى كنيسة معمدانية شهيرة في لوس أنجلوس. كان قد فَقَد زوجته الغالية چين نتيجة لمرضها بالسرطان منذ سنوات قليلة. وفي واحدة من أكثر العظات التي سمعتها وحركت مشاعري، كان ذلك في جنازة چين. عندما تحدث د. هيل عن الطرق التي اتبعتها تلك "السيدة الراقية" لتصنع منه رجلاً أفضل.

في بداية كفاحه كمبشر صغير كان إي. ڤي. يعاني من مصاعب في كسب معيشته؛ مما دفعه إلى استثمار موارد الأسرة القليلة (مع اعتراض چين) في شراء محطة بنزين. شعرت چين أن زوجها كان ينقصه الوقت والخبرة لإدارة مشروعه، وكانت مُحقة في ذلك.. فقد أفلست محطة البنزين، وخسر كل شيء في الصفقة.

كان وقتًا عصيبًا في حياة ذلك الزوج الشاب.. فقد فشل في شيء مهم، وكان هناك ما يبرر أن تقول له زوجته: "ألم أقل لك ذلك؟" لكن چين كانت تملك قدرة بديهية على فهم ضعف زوجها. لذلك عندما أخبرها إي. ڤي. عبر الهاتف بأنه فَقَد مشروعه، ردت ببساطة: "حسنًا".

رجع إي. ڤي. ذلك المساء إلى البيت متوقعًا أن تقابله زوجته

بوجه كئيب نتيجة لصفقته الحمقاء، لكن على العكس من ذلك جلست معه وقالت: "لقد قمت بعملية حسابية بسيطة.. لقد رأيت أنك لا تدخن ولا تتناول الكحوليات.. لو كنت تدخن أو تتناول الكحوليات لكنت قد خسرت نفس ما خسرته في محطة البنزين. فالأمر ليس بمعضلة كبيرة! دعنا ننسى الأمر!"

كان ممكنًا أن تدمر چين ثقة زوجها عند مفترق الطرق الحساس هذا .. فمن المثير للدهشة أن «الأنا» لدى الرجل، أو ثقته بنفسه، ضعيفة بشكل عجيب، خاصة في أوقات الفشل والشعور بالحرج.. لهذا السبب فإن إي. ڤي. كان في حاجة ماسة لأن يسمعها تقول له: "مازلت أؤمن بقدراتك"، وهذا بالضبط الرسالة التي أظهرتها له.

بعد فشل مشروع محطة البنزين بوقت قصير، عاد إي. ڤي. إلى البيت في إحدى الليالي فوجده مظلمًا، وعندما فتح الباب وجد چين وقد أعدت طعامًا لشخصين على أضواء الشموع.

بادرها إي. ڤي. متسائلاً بضحكة خاصة: "ماذا يعني كل ذلك؟"

قالت چين: "حسنًا، سوف نأكل على أضواء الشموع هذه الليلة."

فكر إي. ڤي. في نفسه أن هذه فكرة عظيمة، ثم ذهب إلى الحمام ليغسل يديه.. فحاول أن يضيء نور الحمام فلم يستطع! فتحسس طريقه إلى غرفة النوم، وحاول إضاءة مفتاح آخر.. لكن الظلام كان يسود المكان! فعاد الراعي الشاب إلى المطبخ، وسأل چين عن سبب انقطاع الكهرباء؛ فبدأت في البكاء.

"لقد عملتَ باجتهاد، ونحن نحاول الكثير، لكن الأمر شديد الصعوبة. لم تكن معي نقود تكفي لدفع فاتورة الكهرباء. لم أرد أن أخبرك بالأمر، ففكرت أن نتناول عشاءنا على أضواء الشموع."

وصف د. هيل كلمات زوجته بمشاعر غامرة قائلاً: "كان يمكنها أن تقول: 'لم يمر عليَّ موقف كهذا من قبل.. لقد تربيت في بيت د. كاروثارز، ولم يحدث مطلقًا أن انطفأ النور في بيتنا.' كان يمكنها أن تكسر قلبي، كان يمكنها أن تدمرني، كان بإمكانها أن تصيبني بالإحباط.. لكنها بدلاً من ذلك قالت: 'بطريقة أو بأخرى سوف نضيء هذه الأنوار. لكن دعنا نتناول عشاء هذه الليلة على أضواء الشموع.'"

لابد وأن چين هيل كانت امرأة رائعة، ولكن من بين كل مواهبها وصفاتها الكثيرة انبهرت بشدة من إدراكها للدور الذي كان عليها في مساندة وتقوية زوجها إي. ڤي. اليوم أصبح هيل قائدًا مسيحيًا قويًا.. من كان يعتقد أنه كان يحتاج إلى زوجته لكي تبني وتحفظ له ثقته بنفسه؟ ولكن هكذا صنع الله الرجال.. فمعظمنا نرتعش قليلاً في دواخلنا، خاصة أثناء الفترة المبكرة من البلوغ، ونحن نحتاج إلى الحب بنفس القدر الذي يحتاجه أي شخص آخر.

فن ممارسة الحب

عندما يحقق الزوج والزوجة الألفة الحقيقية بينهما، فإنهما

بطبيعة الحال سوف يرغبان في مشاركة مشاعرهما الرومانسية إلى أعمق مدى. وطبقًا للتصميم الإلهي فإن أكثر الوسائل متعة في التعبير عن الحب العميق والغامر بين الزوجين والتقدير المتبادل بينهما تأتي من خلال العلاقة الجنسية الحميمة.

قد يقول البعض إن "ممارسة الجنس" و"ممارسة الحب" هما مترادفتان ويعبِّران عن نفس الشيء، لكن في الحقيقة الفارق كبير.. فالفعل الجسدي الذي يسمى «الجماع» يمكن حدوثه على أكمل وجه بين أعضاء متجانسين من مملكة الحيوان؛ ولكن فن ممارسة الحب، كما أراده الله، هو تجربة ذات مغزى أكبر جدًا وأكثر تعقيدًا.. إنه جسدي، وعاطفي، وروحي. في الزواج يجب أن لا نرضى بأقل من أن نجعلها علاقة حميمة، ليس فقط بين جسدين، ولكن أيضًا بين قلبين وبين روحين. فهذا الاتحاد الوثيق.. يصير الاثنان «جسدًا واحدًا»، هو كل من الرمز والثمر لحب رومانسي صادق وحقيقي بين زوج وزوجة.

إن الشكل الأمثل للشعور العميق بالحب الرومانسي –بما في ذلك الحميمية الجنسية– يمكن له أن يتحقق فقط من خلال رباط الزواج الذي لا ينفصم. قرأنا من قبل بعض الصور التي رسمها سليمان الحكيم للرومانسية.. وهو يصل في نشيد الأنشاد إلى استنتاج، عبَّر عنه بهذا الوصف البليغ لذلك الرباط الوثيق الذي يربط زوجين متحابين: «المحبة قوية كالموت. الغيرة قاسية كالهاوية. لهيبها لهيب نار لظي الرب (مثل الشعلة الضخمة)» (نش ٨: ٦)

إن الشكل الأمثل للشعور العميق بالحب الرومانسي –بما في ذلك الحميمية الجنسية– يمكن له أن يتحقق فقط من خلال رباط الزواج الذي لا ينفصم.

ولكن، هذا الحب الرومانسي، الملتهب، مع الحميمية الجنسية لا يمكن له أن يتحقق بين ليلة وضحاها.. إنه ينشأ بين رجل وامرأة من خلال عملية تُسمى «رباط الزواج». هذا الرباط يشير إلى ميثاق المشاعر التي تربط رجلاً بامرأة معًا طوال الحياة، ويعطي كلاً منهما شعورًا قويًا بقيمة الآخر. إنه الشكل الخاص التي تميز هذين الحبيبين عن أي زوجين آخرين على وجه الأرض. إنه عطية الله لرفقة حميمة.

كيف يمكن لهذا الرباط الزوجي أن يتحقق؟ طبقًا لأبحاث د. ديزموند موريس، في الأغلب يتحقق الترابط عند أولئك الذين تقدموا ببطء وبشكل منضبط خلال اثنتي عشرة خطوة أثناء فترة الخطوبة والسنوات الأولى للزواج. هذه الخطوات تبدأ بالتواصل البصري، ثم تتطور إلى الحوار، ثم إلى مراحل عديدة من اللمسات غير الجنسية، حتى تصل في النهاية إلى الأربع مراحل الأخيرة.. وهذه بوضوح مراحل جنسية وذات خصوصية –وتؤجل حتى الزواج– لتصل في ذروتها إلى الجماع الجنسي.(٨)

تُظهر أبحاث د. موريس أن الحميمية يجب أن تتطور ببطء إن أردنا أن تحقق علاقة رجل بامرأة كامل غايتها. عندما يحب

اثنان بعضهما حبًا عميقًا، ويحتفظان بالولاء لبعضهما البعض طول الحياة؛ فسوف ينمو لديهما قدر كبير من التفاهم.. يكون بينهما فقط، ولا يعني شيئًا لأي إنسان آخر.. فهما يشاركان ذكريات خاصة لا يعرفها أحد سواهما في كل العالم. وهذا بشكل كبير يحدث عندما يتولد لديهما الشعور بخصوصية العلاقة تجاه بعضهما البعض. عندما لا يمر الجماع الجنسي بهذه المراحل التي يجب أن تسبقه، فإن المرأة على وجه الخصوص تحس بأنها قد أُستغلت، وأنه قد أسيء إليها.

إذا كنت متزوجًا وتشعر الآن بالندم لأنك تسرعت في الوصول إلى العلاقة الجسدية، فالوقت ليس متأخرًا لأن تعود للبدايات الأولى، وأن يحاول كل منكما أن يعيد اكتشاف الآخر من جديد. لا أعرف طريقة أفضل من أن تقترب إلى الشخص الذي تحبه! فاللمس، والحوار الرقيق، وتشابك الأيدي، والتقاء العيون، واستعادة الذكريات هي، في الغالب أفضل الطرق لإنعاش الحياة الجنسية التي أصابها الوهن، ولتجديد الحميمية بين الزوجين.

في الحقيقة، من الحكمة بالنسبة للرجال بشكل خاص أن يعرفوا ذلك؛ نظرًا لاختلاف التركيبة العاطفية والفسيولوچية بين الرجل والمرأة.. فالرغبة الجنسية لدى المرأة لا يمكن إثارتها إلا عن طريق هذه الأنشطة المبنية على العلاقة. وما لم تشعر المرأة بدرجة معينة من التقارب إلى زوجها -ما لم تشعر بتقديره لشخصها- قد لا تستمتع بالتلاقي جنسيًا معه. والرجل يستطيع أن يساهم بقدر هائل في متعة زوجته الجنسية -بينما يقوى متعته هو، وذلك بإعطاء الانتباه والوقت لاحتياجاتها العاطفية.. فيجب

عليه أن يخصص أوقاتًا كثيرة من أجل العلاقة الرومانسية بعيدًا عن الفراش. وأن يدرك أن التعب الجسدي هو عامل مثبط للعملية الجنسية، وعليه أن يساعد زوجته على إيجاد الفرص من أجل استعادة النشاط الجسدي والعاطفي. وسوف ينال مكافأة جزيلة عندما يعمل كل ما في وسعه لكي يبني ثقتها بنفسها؛ فالصلة القوية بين الشعور بالقيمة والقدرة على التجاوب مع المحفزات الجنسية يعني أن أي شيء يعمله الرجل ينتقص من تقدير زوجته لنفسها سوف يُترجم إلى مشكلات في غرفة النوم. لكن الاحترام والتقدير سوف يزيدان من ثقتها بنفسها، وسوف يؤدي ذلك إلى حياة جنسية أكثر إشباعًا.[٩] لقد أسس الرب منظومة الزواج، ووهب لنا عطية الحميمية الجنسية كوسيلة للتعبير عن الحب بين الزوج والزوجة. وبحسب التصميم الإلهي، فإن العلاقة الجنسية بين الزوجين هي أكثر من مجرد أمر ملحق بالزواج، أو وسيلة لضمان التناسل. فعندما تتسم بالاحترام المتبادل، والمعاملة الرقيقة، والحب تمثل التعبير المطلق عن الحب الرومانسي العميق بين رجل وامرأة؛ وهي أيضًا المادة اللاصقة التي تعمل على تماسك الزواج.

لا يهم تعريفك لكلمة «رومانسية»، أو طريقة تعبيرك عنها.. سواء من خلال تقديمك لباقة من الزهور، أو رسالة حب، أو قضاء أمسية في غرفة النوم، أو كل هذه الأشياء مجتمعة؛ فإن الرومانسية هي مُكوِّن حيوي لتحقيق الحميمية الأصيلة والدائمة في زواجك. إذا كنت مهتمًا بأن تغذي وتحمي شعلة الرومانسية في علاقتك، فسوف تستمتع بدفئها بقية حياتك.

تجديد الرومانسية

- اكتب ماذا تعني الرومانسية بالنسبة لك، واطلب من شريك حياتك أن يعمل نفس الشيء. ثم قارن بين ما كتبه كل منكما.. قد تُفاجأ بما جاء به شريك حياتك.

- ما هي ذكرياتك الرومانسية المفضلة مع شريك حياتك؟ كيف يمكنك استعادتها؟ ما هي الذكريات الجديدة التي تود أن تصنعها؟ ضع جدولاً بمواعيد لاثنتين منها على الأقل خلال الشهرين القادمين.

- ما معدل اتباعك أنت وشريك حياتك «الخطوات الاثنتي عشرة» للوصول إلى الحميمية؟ خصص يومًا، أمسية، أو إجازة أسبوعية لعمل ذلك بالتحديد، وأعط اهتمامًا خاصًا لكل خطوة بينما تستمعان بوقتكما معًا.



الخاتمة

في هذا الكتاب الصغير، قمنا بتغطية الكثير من أوجه الألفة والدفء في الزواج. وأرجو أن يكون لديك الآن فهم أعمق لمدى التعقيد والقابلية للكسر في العلاقة بين قلبين، كما أصلي أن تكون قد اكتشفت أفكارًا كتابية وعملية ومعونة حقيقية داخل هذه الصفحات. وبالرغم من أن الحميمية أمر لا يسهل تحقيقه أو المحافظة عليه، فإنني أستطيع القول من خلال معرفتي الشخصية إن بناء علاقة لصيقة مع "رفيق الروح" يعتبر واحدًا من أكثر التجارب الإنسانية إشباعًا على وجه الأرض. وسوف أظل شاكرًا للرب على الدوام لأنه قادني إلى شيرلي، وقادها هي إليَّ.

ومع أمنياتي أن يكون ذلك مصدر تشجيع لك، فإنني أترك معك هذه اللوحة الجميلة من الحميمية التي تمتعنا بها زوجتي وأنا، على مدى الأربع وأربعين سنة لزواجنا.. إنه خطاب كتبته في لقاء للمتزوجين كنا قد شاركنا فيه منذ سنوات طويلة. كانت عطلة

نهاية الأسبوع، حين اكتشفنا شيرلي وأنا سببًا خفيًا للتوتر.. لم تكن شيرلي قد عبَّرت عنه، ولم أكن أنا أعرف حتى أنه موجود. كان الأمر يتعلق بوفاة ثمانية من العجائز في عائلتنا الصغيرة.. ستة منهم كانوا من الذكور. راقبت زوجتي الصراع الذي عانى منه من بقوا أحياء كي يتمكنوا من تحمل الحياة بمفردهم، والنتائج الكبيرة لترملهم المفاجئ. ولأنني وشيرلي كنا وقتها في منتصف الأربعينات من أعمارنا، فقد كانت تخشى في هدوء من احتمال أن تفقدني- وكانت تريد أن تعرف إلى أين نحن متجهان من هنا. كانت زوجتي المحبة أيضًا تقول لنفسها: "أنا أعرف أن چيم كان يحتاج إليَّ عندما كنا أصغر سنًا، حيث كان يكافح لإثبات نفسه مهنيًا.. ولكن تُرى هل مازلت أحتل مكانًا بارزًا في قلبه؟"

الواحد منا لا يجلس ببساطة لمناقشة مثل هذه الأمور الحساسة بصوت مسموع، وسط سرعة وصخب الحياة اليومية.. إنها تظل مكبوتة داخلنا حتى تصبح الفرصة سانحة للتعبير عنها. بالنسبة لنا شيرلي وأنا، حدث ذلك أثناء برنامج لقاء الزواج. في وقت مُبكر من تلك العطلة الأسبوعية، عملنا على احتمال وفاتي أنا. ثم في الصباح التالي، استقر النقاش على تأكيد محبتي لها على الدوام.

كانت شيرلي وحدها في غرفة الفندق تعبِّر لي كتابة عما يقلقها شخصيًا، وبقيادة من روح الله -أنا متأكد من ذلك- كنت أنا في غرفة أخرى أكتب في نفس الموضوع، بالرغم من أننا لم نكن قد ناقشناه بعد. وعندما اجتمعنا معًا، وجددنا ولاءنا لبعضنا في المستقبل، مهما كان ما يخبئه لنا، اختبرنا شيرلي وأنا واحدة من أكثر لحظات حياتنا دفئًا، وكانت حدثًا هامًا في الواحد والعشرين عامًا التي قضيناها معًا، والتي لن ينساها أحدنا أبدًا.

بالرغم من أن الأمر سوف يتطلب أن أشارك بأمور شديدة الخصوصية بيني وبين زوجتي، فإنني أحب أن أختم بجزء من ذلك الخطاب الذي كتبته لها ذلك الصباح الذي لا يُنسى، وسوف أتخطى الجزء الذي يحوي التفاصيل الأكثر خصوصية، وأقتبس فقط الذكريات التي كانت تربطني بهذه العروس.

> مَنْ غيرك يشاركني ذكريات شبابي التي تأسس خلالها حُبنا؟ إنني أسألك، مَنْ غيرك يستطيع أن يملأ المكان الذي حفظته من أجل المرأة الوحيدة التي كانت معي عند تخرجي من الجامعة، ثم التحاقي بالجيش ثم رجوعي مرة أخرى كطالب في الدراسات العليا، وعندما اشتريت أول سيارة أنيقة (والتي سرعان ما تحطمت)، وعندما ذهبنا معًا لشراء خاتم زواج زهيد الثمن (ودفعت ثمنه بسند رهن)، ثم صلينا وقدمنا الشكر لله لما عمله معنا؟ وبعدها قدمنا عهود الزواج، ثم صلى والدي: "يارب، لقد أعطيتنا چيمي وشيرلي كأبناء لنرعاهم ونحبهم وننميهم لفترة من الزمان، والليلة نحن نعيدهم إليك بعد أن وُلدا في المحبة- ليس كشخصين مستقلين، ولكن كشخص واحد!" فبكى الجميع تأثرًا.
>
> ثم سافرنا لقضاء شهر العسل، وأنفقنا كل النقود التي كانت في حوزتنا، ورجعنا بعدها إلى شقتنا التي كانت مليئة بالأُرز، وجرس موضوع فوق سريرنا،× وقد بدأنا لتونا حياتنا الزوجية. عملت أنت

× عادة أمريكية عند عودة العروسين للبيت. (المترجم)

في تدريس الصف الثاني الابتدائي، أما أنا فكنت أقوم بتدريس مجموعة من الصف السادس (ووقعت في حبهم)، وخاصة الطفل المدعو نوربرت، ثم حصلت على درجة الماجستير وتخطيت امتحانات التمهيد للدكتوراه، واشترينا بيتنا الصغير الأول، وأجرينا عليه بعض التعديلات، ثم قمت بحفر حفرتين بعمق عشرة أقدام ودفنت بها الحشائش، وفيما بعد حدث هبوط بالحفرتين فظهرتا وكأنهما قبران في حديقة بيتنا الأمامية، وبينما كنت أسوي الأرض لعمل بُساط أخضر جديد "زرعت" بطريق الخطأ حوالي ثمانية ملايين بذرة من بذور الدردار من شجرتنا، وبعد أسبوعين اكتشفت أنها نمت وكونت غابة من الأشجار من حديقتنا إلى الشارع الخارجي.

بعدها، تمت ولادة طفلتنا الغالية والتي أحببناها حبًا جمًا، وأسميناها داناي آن، وبنينا لها حجرة صغيرة في بيتنا الصغير، ثم ملأناها بالمفروشات تباعًا. ثم التحقت بفريق العمل بمستشفى الأطفال وحققت دخلاً جيدًا هناك، ولكن لم يكن معي ما يكفي لدفع مصروفات الدراسة وأشياء أخرى، فبعنا السيارة الفولكس فاجن. ثم حصلت على الدكتوراه، فبكينا وصلينا شاكرين الرب من أجل كل ما كان لنا. وفي عام ١٩٧٠، رُزقنا بطفل أسميناه رايان، وكنا نحبه حبًا شديدًا، ولم نستطع النوم لمدة ستة أشهر. وعملت في كتابة مسودة تحت عنوان «أجرؤ

على» هذا أو ذاك، واستدرت راجعًا وسط فيض من التعليقات المشجعة والقليل من التعليقات غير المشجعة، وتلقيت في المقابل شيكًا صغيرًا اعتبرته ثروة، ثم التحقت بالعمل في كلية الطب في الجامعة، وحققت دخلاً جيدًا هناك.

وبعد فترة وجيزة وجدت نفسي أتنقل بين قاعات مستشفى هنتنجتون التذكاري جيئة وذهابًا مع فريق من أخصائيين الأعصاب، الذين كانوا بوجه متجهم يفحصون جهازك العصبي بحثًا عن وجود ورم في الهيبوثالامس (أحد أجزاء المخ)، وصليت متضرعًا إلى الله ليجعلني أكمل حياتي مع أعز صديقة لي، فقال لي في النهاية "لا مانع- في الوقت الحالي"، ثم بكينا وصلينا شاكرين الله لأجل كل ما كان لنا. واشترينا بيتًا جديدًا، ومزقناه بشكل جيد إلى أجزاء، وذهبنا للتزحلق على الجليد في ڤيل بولاية كلورادو، فتمزقت رجلك واتصلت بوالدتك لأخبرها بالحادث، فمزقتني إلى قطع صغيرة، وطفلنا رايان ذو العامين والنصف مزَّق مدينة أركاديا كلها إلى قصاصات صغيرة. وبدا أن عملية البناء في البيت الجديد كما لو كانت ستستمر بقية عمرنا، وكنت تقفين مساء كل سبت وسط غرفة المعيشة المحطمة تبكين لأنه لم يتم إنجاز إلا القليل. ثم أثناء أسوأ جزء من هذه الفوضى، جاء إلينا ١٠٠ شخص من أصدقائنا في زيارة مفاجئة، وكانوا يخوضون وسط الفضلات

والطين ونشارة الخشب وأطباق أكل الأطفال وبقايا الساندوتشات.. وفي صباح اليوم التالي كنت تتأوهين وتسألين: "هل حدث ذلك فعلاً؟"

وقمت بنشر كتاب جديد اسمه «Hide or Seek»، وكان الناس يسمونه «Hide and Seek» (الأستغماية)، ومنحنا الناشر رحلة إلى هاواي، وهناك وقفنا في شرفة الفندق المطلة على الخليج وقدمنا الشكر لله لأجل كل ما كان لنا. ثم قمت بنشر كتاب: «What Wives Wish» فنال إعجاب الناس وسط مظاهر التكريم، وانهالت طلبات الأحاديث التليفزيونية بالمئات.

ثم أُجريت لك جراحة خطيرة، فصليت: "ليس الآن يارب!" وقال الطبيب: "لا يوجد سرطان." فبكينا وصلينا شاكرين الرب لأجل كل ما كان لنا. ثم بدأت في تقديم برنامج إذاعي، وحصلت على إجازة من مستشفى الأطفال، وفتحت مكتبًا صغيرًا في أركاديا أسميته «Focus on the Family»، الذي أسماه أحد مستمعينا ذو الثلاثة أعوام «Poke us in the Family»، (أي معاكسات في الأسرة) وبدأنا نشتهر.

ثم ذهبنا إلى مدينة كانساس في إجازة عائلية، وفي آخر يوم صلى والدي قائلاً: "يارب، نحن نعلم أن الأمور ليست دائمًا رائعة كما هي اليوم، ولكني أشكرك من أجل الحب الذي نستمتع به اليوم." وبعد مرور شهر عانى من أزمة قلبية، وفي شهر ديسمبر قلت وداعًا لصديقي الجميل، فأحطتني بذراعيك،

وقلتِ: "إنني أتألم معك." فبكيت وقلت لك: "أحبك". ودَعَونا أمي لتقضي معنا ستة أسابيع حتى تتعافى، وتحمَّل ثلاثتنا أقسى مشاعر الوحدة في حياتنا أثناء الكريسماس.. فقد كان المقعد الخالي والمكان الناقص يذكِّرنا بقميصه الأحمر ولعبة الدومينو، وطبق التفاح، وكومة من الكتب المعقدة، وكلب صغير يدعى بنجي كان يجلس دائمًا على رجليه. لكن الحياة استمرت. وظلت أمي تترنح وهي تحاول أن تستجمع قواها، لكنها لم تستطع، وفقدت خمسة عشر رطلاً من وزنها، ثم انتقلت إلى كاليفورنيا، وهي تعتصر ألمًا لافتقادها صديق العمر.

ونُشر المزيد من الكتب، وحصلت على مزيد من الجوائز والتكريم، وصرنا أكثر شهرة، وانتشر تأثيرنا، وشكرنا الله من أجل كل ما كان لنا. وبلغت ابنتنا سن المراهقة، وهذه المرجعية القوية في تربية الأطفال أدركت أنها غير كافية، ووجدت نفسها تسأل الله أن يساعدها في مهمة التربية العظيمة، وقد فعل، وشكرنا الله من أجل حكمته المعطاة لنا.

وبعد ذلك كلب صغير يُدعى سيجي من نوع الداتش سند كبر سنه، وسقطت أسنانه، واضطررنا لعرضه على الطبيب البيطري ليعمل ما يراه، وانتهت قصة حب دامت لخمسة عشر عامًا بين إنسان وكلبه بتذمر وشكوى. لكن جروًا صغيرًا يُدعى مندي ظهر أمام الباب الأمامي للبيت، واستمرت الحياة. ثم أُنتجت

سلسلة من الأفلام في سان أنطونيو، تكساس، وانقلب عالمنا رأسًا على عقب عندما دُفع بنا إلى العالم الجديد، و«Poke us in the family» امتدت إلى اتجاهات جديدة، وأصبحت الحياة مليئة بالمشاغل وأكثر ازدحامًا، وأصبح الوقت أكثر قيمة، ثم دعانا أحدهم إلى لقاء للمتزوجين في العطلة الأسبوعية حيث أجلس في هذه اللحظة.

فها أنا أسألكِ.. من الذي سيأخذ مكانك في حياتي؟ فلقد أصبحتِ أنا، وأصبحتُ أنتِ.. نحن غير قابلين للانفصال! لقد قضيت حتى الآن ٤٦٪ من حياتي معكِ، وأنا لا أذكر الكثير عن الـ ٥٤٪ الأولى. ولا واحدة من الخبرات التي ذكرتها يمكن أن يفهمها أي شخص سوى المرأة التي عاشتها معي. لقد مضت هذه الأيام، لكن أريجها لايزال عالقًا في أذهاننا. ومع كل حدث خلال هذه السنوات الإحدى والعشرين، أصبحت حياتنا أكثر تشابكًا.. لتندمج، في النهاية في هذا الحب الذي يفوق الوصف الذي أحمله اليوم في قلبي نحوك.

هل هناك ما يثير العجب في أنني أستطيع أن أقرأ وجهك وكأنه كتاب مفتوح حتى لو كنا وسط الزحام؟ فعندما تضيق عيناك ولو قليلاً، أستطيع أن أفهم كل شيء عن الأفكار التي تدور في ذهنك.. وعندما تقومين بفتح هدية الكريسماس، أعرف في الحال هل

أعجبك اللون أو الذوق؛ وذلك لأن مشاعرك لا يمكن إخفاؤها عني.

أحبك يا S.M.D (هل تذكرين ذلك القميص المطبوع؟) أحب الفتاة التي آمنت بقدراتي قبل أن أؤمن أنا بها. أحب الفتاة التي لم تشكُ من مصروفات الدراسة الضخمة والكتب والشقق الحارة والأساس المستأجر العتيق وغياب الإجازات وسيارتي الخنفساء المتواضعة. لقد كنت معي -تشجعينني، وتحبينني، وتساندينني منذ ٢٧ أغسطس ١٩٦٠.. والوضع والمكانة التي أعطيتها لي في بيتنا تتجاوز كثيرًا ما أستحقه.

إذًا، لماذا أريد أن أستمر في الحياة؟ ذلك لأنك معي نقضي هذه الرحلة معًا. وإلا، فلماذا أقوم بها؟ النصف الآتي من حياتنا ينبئ بأننا سنكون معًا أكثر من السنوات التي مضت خلفنا. من طبيعة الأمور أن تمضي أمي يومًا لتلاقي أبي، وعندها سوف توضع إلى جواره في أولاث، كانساس لتطل على التل الصغير الذي يقف في مهب الريح، حيث ذهب أبي مع بنچي ذات يوم وأرسل لي شريط كاسيت كان قد سجل عليه وصفًا لروعة تلك البقعة الجميلة. وسيكون علينا أيضًا أن نودع أباك وأمك. سوف تمضي الأيام التي كنا نلعب فيها معًا، ونهذب الحشائش، ونستمتع بضحكات چو، ووجبات العشاء الرائعة مع ألما، وبطاقات أعياد الميلاد التي كانت

ترسمها، والبيت الأصغر الصغير في لونج بيتش. كل شيء داخلي يصرخ "لا!" لكن مازالت صلاة والدي الختامية فاعلة: "نحن نعلم أنه من غير الممكن أن تبقى الأمور كما هي عليه الآن." عندما يأتي الوقت، سوف تُقطع أيام طفولتنا سوف تنتهي بذهاب والدينا الذين تحملونا.

ماذا إذًا، يا زوجتي الجميلة؟ إلى من أذهب من أجل العون والراحة؟ لمن أقول "أنا متألم".. وأنا متأكد من أنه سيفهمني بطريقة أكثر من مثالية؟ إلى من أذهب عندما تغير أوراق الشجر لونها وتسقط على الأرض؟ كم تمتعت بالربيع ودفء شمس الصيف.. الأزهار والحشائس الخضراء، والسماء الزرقاء، والجداول الرقراقة وقد وصلت إلى اكتمال بهائها. ولكن، ياللأسف فالخريف قادم. وحتى الآن، ها أنا أحس بنفحة صغيرة في الهواء، وأحاول ألا أنظر إلى تلك السحابة الوحيدة. البعيدة، التي تسير متجهة نحو الأفق.

لابد أن أواجه حقيقة أن الشتاء قد اقترب بثلوجه وجليده وأمطاره ليخترق أجسادنا. ولكن في هذه الحالة، لن يتبع ذلك الشتاء ربيع إلا في مجد الحياة الآتية. مع مَنْ إذًا سأقضي هذا الفصل الأخير من حياتي؟

لا أحد سواك.. شيرلز. المتعة الوحيدة في المستقبل ستكون باختباره في ضوء الإحدى وعشرين سنة

التي قضيناها معًا- يدًا في يد مع الإنسانة التي أحبها.. الآنسة الصغيرة شيرلي دير، التي أعطتني كل ما تملك- بما في ذلك قلبها.

شكرًا لكِ يا صغيرتي، لأنك سرتِ هذه الرحلة معي.. فدعينا ننهيها.. معًا!

حبيبك چيم

خمسة أساسيات لاستمرار دفء العلاقة

(١) بيت مركزه المسيح.

(٢) التزام مدى الحياة.

(٣) ثقة عميقة وثابتة.

(٤) رغبة في التواصل.

(٥) فهم المحبة.

الحواشي

(1) Divorce, Provisional 1998 data, National Center for Health Statistics. http://www.cdc.gov/nchs/fastats/divorce.html (accessed January 13, 2003).

(2) Robertson McQuilkin, *A Promise Kept* (Wheaton, IL: Tyndale House Publishers, 1998), 19- 23.

(3) M. O. Vincent, "The Physician's Own Well-Being," *Annals Royal College of Physicians and Surgeons of Canada 1981*, vol. 14, 4, 277- 281.

(4) James Dobson, *What Wives Wish Their Husbands Knew About Women* (Wheaton, IL: Tyndale House Publishers, 1975), 78.

(5) Gary Smalley and John Trent, *The Language of Love* (Pomona, CA: Focus on the Family Publishing, 1988).

(6) Chuck and Barb Snyder, *Incompatibility: Still Grounds for a Great Marriage* (Sisters, OR: Multnomah Publishers, 1999).

(7) Doug Fields, *Creative Romance* (Eugene, OR: Harvest House Publishers, 1991), 15, as stated in James Dobson, *Solid Answers* (Wheaton, IL: Tyndale House Publishers, 1997), 557.

(8) Desmond Morris, *Intimate Behavior* (New York: Random House, 1971).

(9) Dobson, *What Wives Wish Their Husbands Knew About Women*, paraphrased from 116, 124- 129.

(٥ أساسيات...)

«عندما تعهدنا معًا بالزواج، هل كنا نعني فعلاً أن ذلك عهد لا يكسره إلا الموت؟»

ماذا يمكننا أن نفعل لنحافظ على الحميمية والرومانسية في تجدد دائم؟ مع تزايد عدد الزيجات التي تنتهي بالطلاق، كيف يمكن أن يكون زواجنا مختلفًا؟ كيف يمكن لعلاقتنا أن تكون مشبعة ودائمة؟

د. چيمس دوبسون، أحد أكبر خبراء الزواج والأسرة في العالم، في هذا الكتاب يساعدك أنت وشريك حياتك على بناء أساس ثابت ومتين لحب يتحمل ضغوط الحياة. ستساعدك هذه النصائح الخمس.. من الصلاة الحارة إلى الرومانسية الدافئة، على بناء وحدة قوية وثابتة.. اليوم، وغدًا، ودائمًا.

د. چيمس دوبسون هو مؤسس Focus on the Family، ويُسمع في برامج إذاعية تصل إلى أكثر من ٢٠٠ مليون شخص كل أسبوع. وهو مشير متخصص وخبير نفسي في الزواج والأسرة وتربية الأطفال. ألّف العديد من الكتب الأكثر مبيعًا، والتي تهدف إلى دعم العائلة.. يعيش د.دوبسون وزوجته في كلورادو سبرنجز بالولايات المتحدة، ولديهما ابن وابنة.







بالاشتراك مع

